# Interacțiunile asistate de animale. De la cunoștințe interdisciplinare la practică

ALINA SIMONA RUSU
(coordonator)

Presa Universitară Clujeană

**ALINA SIMONA RUSU**

**(COORDONATOR)**

# INTERACȚIUNILE ASISTATE DE ANIMALE. DE LA CUNOȘTINȚE INTERDISCIPLINARE LA PRACTICĂ

**PRESA UNIVERSITARĂ CLUJEANĂ**

**2017**

*Referenţi ştiinţifici:*

**Dennis C. Turner, BSc, ScD, Dr. habil.**

**Prof. univ. dr. Cornel Cătoi**

**ISBN 978-606-37-0284-6**

**© 2017 Coordonatorul volumului. Toate drepturile rezervate. Reproducerea integrală sau parţială a textului, prin orice mijloace, fără acordul coordonatorului, este interzisă şi se pedepseşte conform legii.**

**Tehnoredactare computerizată: Cristian-Marius Nuna**

**Universitatea Babeş-Bolyai**
**Presa Universitară Clujeană**
**Director: Codruţa Săcelean**
**Str. Hasdeu nr. 51**
**400371 Cluj-Napoca, România**
**Tel./fax: (+40)-264-597.401**
**E-mail: editura@editura.ubbcluj.ro**
**http://www.editura.ubbcluj.ro/**

# CUPRINS

*Prefață* ..... 4

1. Intervenții asistate de animale. Aplicabilitatea includerii animalelor în programe terapeutice și educaționale / *Alina S. Rusu* ..... 6

2. Formarea și dinamica atașamentului față de animale de companie. Evaluarea atașamentului față de animale și implicații pentru terapii asistate de animale / *Carmen Costea-Bărluțiu* ..... 37

3. Despre sincronizarea emoțională om–câine. Privire asupra factorilor psiho-fiziologici / *Denisa Pop* ..... 97

4. Elemente de medicină comparativă în definirea stării de bine a animalelor de companie în contextul interacțiunilor asistate de animale / *Ciprian A. Ober* ..... 108

5. Construirea de exerciții asistate de animale în dezvoltarea socio-emoțională a copiilor / *Iulia Lazăr, Anca Zăgrian* ..... 131

6. Exemple de activități asistate de câini pentru persoane cu nevoi speciale – activități asistate de câinele Loki / *Ana-Maria Băsceanu* ..... 158

7. Ilustrații ale unor exerciții asistate de animale ..... 171

# *Prefață*

*Această lucrare este dedicată tuturor animalelor din viața noastră (câini, pisici, iepurași, hamsteri, șoricei, păsări și altele) cărora le-am putut oferi sau nu grija cuvenită*

Volumul de față aduce împreună un grup de colaboratori din diferite domenii (biologie, psihologie, medicină veterinară, psihopedagogie specială) având ca scop împărtășirea în manieră interdisciplinară de cunoștințe și experiențe din domeniul interacțiunii om–animal, cu aplicabilitate în includerea animalelor în contexte terapeutice (și educaționale). Publicarea acestui volum a fost posibilă pe baza muncii în echipă a autorilor în cadrul unor programe de cercetare adresate dezvoltării socio-emoționale a copiilor cu autism prin activități asistate de animale (Proiect PN-II-PT-PCCA-2013-4-0781, 2014–2017 *Platformă de screening psihopedagogic și intervenții interdisciplinare – terapie ocupațională asistată de animale – pentru îmbogățirea socio-emoțională a copiilor cu autism și a familiilor lor*, director Alina S. Rusu) și a unor programe educaționale și orientate spre comunitate (cursul postuniversitar *Terapia și Activitățile Asistate de Animale pentru Persoane cu Nevoi Speciale* UBB-USAMV CN, Ziua Interacțiunii Om–Animal – multiple ediții, programul de sport incluziv cu elemente de para-agilitate BeActive Together al Universității Babeș-Bolyai în colaborare cu Școala de Dresaj Canin Pet Joy Sports, Atelierul de dezvoltare socio-emoțională cu animalele criC-Cric și altele).

Cartea combină rezultate ale unor investigații științifice (proprii și din literatura de specialitate) cu reflecții personale și elemente din experiențele de lucru din domeniul terapiei și activităților asistate de animale ale autorilor, oferind cititorilor un text ușor de parcurs, din care pot fi extrase mesaje informaționale semnificative privind beneficiile interacțiunilor pozitive om–animal, elemente de etică și responsabili-

tate în interacțiunea cu animalele în direcția adresării calității vieții umane și animale, teorii și modele care susțin mecanismele legăturilor funcționale dintre oameni și animale (atașament, biofilie, sincronizare emoțională) și utilitatea jocului ca motor al interacțiunilor pozitive cu animalele în context terapeutic. Cititorii interesați de educație și cercetare în domeniul interacțiunii om–animal vor găsi în această carte modele de includere a animalelor în programe de cercetare (cu variabile și rezultate prezentate în acord cu literatura de specialiatate), programe de facilitare a învățării cu ajutorul animalelor în școli speciale, instrumente de evaluare a atașamentului față de animale, definiții de lucru ale calității vieții animalelor de companie și terapie, informații despre indicatorii fiziologici și comportamentali ai stresului la animalele incluse în sesiunile de terapie asistată de animale și un număr de 36 de jocuri (individuale și de grup) cu ajutorul câinilor, prezentate în detaliu și care au fost testate pe parcursul programelor derulate până în prezent.

Mesajul unitar al acestei cărți vizează posibilitatea abordării interdisciplinare a aspectelor terapeutice și educaționale ale interacțiunilor cu animalele, în direcția promovării respectului, grijii și responsabilității față de oameni, animale și viață în general.

Coordonator volum,
***Alina S. Rusu***
(biolog și psiholog)

# 1. Intervenții asistate de animale. Aplicabilitatea includerii animalelor în programe terapeutice și educaționale

*Alina Simona Rusu*[*]

## 1.1. Introducere

În ultimii ani, s-a observat creșterea interesului oamenilor pentru efectele pozitive la nivelul calității vieții (atât la nivel individual, cât și la nivel familial sau de grup) ale interacțiunilor cu animalele, în special cu animalele de companie și cu cele din programe terapeutice sau educațional-terapeutice pentru diferite categorii de persoane, cum ar fi: persoane cu simptomatologie depresivă, cu diagnostic din spectrul autist, persoane aflate în recuperare fizică, persoane vârstnice instituționalizate etc. Interesul științific privind interacțiunile om–animal (IOA) a fost animat în ultimii treizeci de ani atât de nevoia cunoașterii mecanismelor care stau la baza efectelor benefice pe care animalele de companie le pot avea la nivel fiziologic și psihologic asupra oamenilor, cât și de nevoia unor măsurători realizate cu instrumente valide (scale, chestionare, analize biochimice ale hormonilor de stres salivari etc.) ale aspectelor interacțiunii om–animal în cadrul tuturor disciplinelor specifice deschise spre acest subiect, dar și în context inter- și multidisciplinar. Câteva dintre aceste discipline deschise spre abordarea studiului IOA sunt: etologia (studiul științific al comportamentului animal), psihologia dezvoltării, psihologia clinică, antropologia, asistența socială, psiho-pedagogia, kinetoterapia, medicina umană și veterinară.

[*] Departamentul de Psihopedagogie Specială, Facultatea de Psihologie și Științele Educației, Universitatea Babeș-Bolyai

Menționăm că o parte din informațiile prezentate mai jos în contextul introducerii elementelor de bază în domeniul aplicabilității interacțiunii om–animal în educație și programe terapeutice au fost preluate din Rusu (2008), pe baza drepturilor de autor.

Domeniul care în ultimii ani a solicitat cel mai mult abordarea științifică a legăturii om–animal în sensul conceptualizării acesteia și a validării unor metode de măsurare a efectelor psihologice și fiziologice ale interacțiunii cu animalele asupra oamenilor este **terapia asistată de animale** (TAA; *engl. Animal Assisted Therapy*). Conform definițiilor de lucru din literatura de specialitate, TAA promovează interacțiunea pozitivă între om și animal prin încorporarea trăsăturilor psihologice, comportamentale și fizice ale unui animal într-un mediu terapeutic, cu scopul de îmbunătățire a calității vieții umane în general și de facilitare a procesului de recuperare a persoanelor ce necesită îngrijire fizică și/sau psihică, în particular (Chandler, 2005). Dup o definiție simplă dată de unul dintre cei mai cunoscuți specialiști în domeniu, Cynthia Chandler, terapia asistată de animale și activitățile asistate de animale (fiind incluse împreună în categoria generală: intervenții asistate de animale) sunt modalități prin care animalele pot să fie de ajutor oamenilor (Chandler, 2005). Mai jos sunt prezentate definițiile de lucru ale intervențiilor asistate de animale (TAA și AAA), așa cum sunt ele prezentate de Organizația Delta (acum având denumirea de Pet Partners), o organizație internațională care oferă programe de formare și voluntariat în domeniul terapiei și activităților asistate de animale (*www.petpartners.org*, Delta, 2005).

Terapia asistată de animale (TAA):

*„TAA este o intervenție direcționată, deci cu un scop bine definit, în care un animal ce întrunește anumite criterii este parte integrantă a unui proces de tratament. TAA este realizată și/sau coordonată doar de către personal instruit în domeniu. TAA poate fi realizată într-o varietate de medii și poate fi individuală sau de grup. Procesul de realizare a TAA trebuie documentat și evaluat, necesitând întotdeauna supervizarea unui profesionist"* (Delta, 2005)

Activitățile asistate de animale (AAA):

*„AAA oferă oportunități motivaționale, educaționale și/sau recreaționale de îmbogățire a calității vieții. AAA se realizează într-o varietate de medii de către traineri specializați, paraprofesioniști și/sau voluntari, în asociație cu animale care intrunesc anumite criterii."* (Delta, 2005)

Specificăm că autorii cărții de față consideră activitate asistată de animale (AAA) orice interacțiune pozitivă și responsabilă între om și animal, fie că acesta ne aparține ca animal de companie, fie că aparține prietenilor noștri, sau este un animal în condiții naturale și/sau captivitate (ferme, grădini și parcuri zoologice).

Terapia asistată de animale este considerată un complex de proceduri/metode adjuncte ale unui tratament terapeutic de bază sau program educațional, nu un tip de tratament în sine (Fine, 2000). Astfel, un profesionist (consilier psihologic, asistent social, psihoterapeut, terapeut ocupațional, fizioterapeut, logoped, profesor psihopedagog etc.) poate să încorporeze interacțiunile om–animal în orice stil profesional pe care îl deține. Sesiunile TAA pot fi integrate în terapii individuale sau de grup și pot fi utilizate pe diverse clase de vârstă și în diverse medii (spitalicești, ambulatorii, familiale, instituții educaționale, centre de detenție etc.), existând din 1990 până în prezent un număr mare (peste 10.000) de studii care investighează în manieră științifică diferite aspecte ale efectelor interacțiunii om–animal. Persoanele implicate în coordonarea și realizarea sesiunilor TAA trebuie să fie antrenate corespunzător (cunoașterea comportamentului animal și uman) și, pe cât posibil, să aibă licențe/certificate acordate de către organizații/instituții acreditate pentru instruirea profesională sau academică în domeniul TAA (competențe specifice domeniului).

Cele mai multe studii în domeniul IOA punctează că nu se poate vorbi de un protocol standard sau o rețetă de succes în ceea ce privește includerea animalelor în planurile terapeutice, însă este important să se respecte normele etice privind calitatea vieții beneficiarilor și echipelor om–animal implicate în programele de tip TAA. În această carte

se vor oferi o serie de exemple de intervenții asistate de animale în care se adresează semnele stresului și ale stării de bine nu doar la oameni, ci și la animalele implicate. Este general cunoscut faptul că între oameni și animalele de companie (în special câini și pisici) există o tendință naturală de formare a unei relații de atașament, bazată pe empatie, afecțiune și oferire de suport social (Chandler, 2005). Această tendință naturală a oamenilor de a manifesta comportamente de grijă și afecte pozitive față de alte forme de viață a fost punctată în cadrul *teoriei biofiliei* (Wilson, 1984). Conform teoriei biofiliei, în timpul ședințelor TAA, ca prezență interspecifică (un individ aparținând unei specii diferite de special umană), un animal de terapie are ca sarcină de bază să fie el însuși, iar relația terapeutică bazată pe respect și grijă față de o altă forma de viață se va construi de la sine.

În literatura de specialitate există studii care consideră legătura om–animal de terapie ca fiind asemănătoare cu legătura om–animal de companie, sau cu aspecte ale acesteia, având în vedere caracterul longitudinal (de durată) al relației om–animal de companie. După Ianuzzi și Rowan (1991), legătura om–animal de companie este *autentică* dacă îndeplinește următoarele condiții: (1) Implică o relație continuă, nu una temporară; (2) Produce nu doar un beneficiu, ci mai multe beneficii semnificative atât pentru om, cât și pentru animal; aceste beneficii trebuie să reprezinte unul din aspectele centrale existențiale ale omului și animalului de companie implicați într-o astfel de legătură; (3) Implică o relație voluntară și bidirecțională – reciprocitate în ceea ce privește motivația interacțiunii din partea ambelor specii (om și animal). O întrebare frecvent pusă de practicienii din domeniile psihologie, psihopedagogie specială și asistență socială este: *De ce să fie implicate animalele în anumite forme de terapie*? În lucrarea *Terapia asistată de animale în consiliere* (Chandler, 2005, 2011) sunt expuse modurile prin care prezența unui animal poate să influențeze dinamica unui proces de terapie (orice formă de terapie: psihoterapie, kinetoterapie, terapie ocupațională etc.). Acestea sunt următoarele (după Chandler, 2005, 2011):

- Dorința de a petrece timpul cu un animal de terapie ar putea crește motivația unei persoane de a participa la ședințele de terapie.
- Atenția beneficiarului ar putea fi mutată dinspre disconfortul asociat unei anumite condiții (de exemplu, durere) spre interacțiunea cu un animal, maximizându-se astfel eficiența unei ședințe terapeutice.
- Persoana ar putea să beneficieze de grijă și afecțiune prin intermediul interacțiunii fizice (mângâiat, atingere) cu animalul.
- Persoana ar putea beneficia de acceptare necondiționată din partea animalului.
- Persoana implicată ar putea experimenta la nivel subiectiv plăcere și bucurie în urma interacțiunii cu animalul.
- Persoana ar putea să stabilească mai ușor o relație bazată pe încredere cu un terapeut capabil să interacționeze cu un animal, decât cu un terapeut care nu demonstrează această capabilitate.
- În unele cazuri, datorită unor caracteristici specifice ale condiției beneficiarului, acesta ar putea să realizeze activități și să atinga obiective pe care nu le-ar putea atinge fără asistența unui animal de terapie (ex. mișcări motorii fine asociate cu plasarea lesei sau a unui ham pe corpul animalului).

În procesul de încorporare a prezenței animale într-un plan terapeutic sau educațional este important să existe o deschidere a potențialului beneficiar spre interacțiunea cu un animal. De aceea, este nevoie de o investigare atentă a beneficiarului în ceea ce privește această deschidere. Această investigare pre-intervenție (screening pre-TAA) se face cu ajutorul unor fișe speciale care includ printre alte informații demografice și o serie de scale cu întrebări referitoare la atitudinile beneficiarului față de animale, prezența alergiilor și/sau condiții imunologice (categorii fragile de persoane) și la interacțiunile anterioare ale clientului cu animalele, în special la istoricul agresivității animalelor asupra persoanei și a abuzului față de animale.

## 1.2. Beneficii asociate includerii animalelor în contexte terapeutice și educaționale

Chiar dacă un număr mare de studii raportează că prezența unui animal în context terapeutic sau educațional aduce confort și plăcere la nivel fiziologic și subiectiv, în unele cazuri pot să nu existe diferențe semnificative între rezultatele terapiei cu intervenții de tip TAA și cele ale programelor de terapie fără intervenții TAA (Chandler, 2005). Acest lucru poate fi explicat de o serie de variabile confundate, uneori dificil de controlat, cum ar fi: dinamica stărilor afective ale persoanelor și animalelor implicate în sesiunile de terapie – chiar dacă animalele respectă anumite comenzi la nivel comportamental, este dificil de evaluat starea psiho-fiziologică a fiecărui moment, gradul uneori scăzut de predictibilitate al comportamentului uman și animal în anumite momente ale intervenției, calitatea de distractor al unor stimuli care pot apărea în timpul sesiunilor de lucru, scalele utilizate evaluează anumite aspecte, dar efectele pot să apară la nivelul unor dimensiuni neluate în considerare etc.

În general, cele mai multe intervenții de tip TAA sunt asociate cu *beneficii psihosociale și psihofiziologice* (Chandler, 2005 *apud* Rusu, 2008; Grigore & Rusu, 2014; Rusu, 2016), cum ar fi: creșterea longevității pacienților cardiaci, scăderea tensiunii arteriale la pacienții vârstnici, scăderea nivelului de stres și a nivelului de anxietate la copiii cu diferite tulburări de dezvoltare (emoționale și comportamentale), creșterea nivelului de socializare în cazul delicvenților juvenili etc. Relația dintre un client și animalul de terapie nu este menită să fie un substitut al relației dintre terapeutul uman și beneficiar (Chandler, 2011). Dimpotrivă, unul dintre rolurile acesteia este de a facilita pe cât posibil formarea unei relații adecvate între terapeut și beneficiar/beneficiari. Așa cum s-a specificat anterior, este important ca înainte de introducerea activităților asistate de animale în planul de terapie sau educațional, să se facă o documentare atentă în ceea ce privește existența unor evenimente

cu valență traumatică între beneficiar și animale, frică sau fobie față de animale, alergii etc. În astfel de cazuri, introducerea unui animal în procesul terapeutic se va face numai la cererea beneficiarului. Analiza beneficiilor aduse de introducerea unui animal în procesul de tratament al unei persoane se face din perspectiva triadei interacționale interspecifice: *beneficiar–animal–practicant TAA*.

Prezentăm mai jos câteva dintre dimensiunile prin care TAA poate să contribuie la îmbunătățirea calității vieții umane (Chandler, 2005; Rusu, 2017).

1. *Empatia:* Există numeroase rapoarte care indică faptul că prezența unui animal (câine, pisică, iepure ș.a.) în căminele de copii îmbunătățește semnificativ abilitățile empatice și de comunicare ale copiilor. Animalul poate fi văzut ca un prieten de joacă, iar abilitățile empatice învățate în copilărie se presupune că se vor extrapola ulterior în relațiile interumane, pe baza procesului de generalizare (Phillips, 2009 *apud* Mihalache & Rusu, 2013). Generalizarea sau transferul de la empatia față de animale la cea față de oameni constituie una din cele mai puternice motivații pentru care se susține introducerea activităților asistate de animale în programele terapeutice adresate în special persoanelor cu diagnostic din spectrul autist, dar și în programele timpurii educaționale (ex. grădinițe, mediu preuniversitar) (Mihalache & Rusu, 2013).
2. *Centrarea spre exterior*: Interacțiunile cu animalele reprezintă o metodă adecvată de redirecționare a atenției dinspre sine spre exterior, deci spre acțiunile și emoțiile animalului, precum și spre legătura om–animal (Chandler, 2011).
3. *Abilitățile de îngrijire* (engl. *nurturing abilities*): Majoritatea abilităților de îngrijire a propriei persoane și a altora sunt învățate pe parcursul dezvoltării ontogenetice a unei persoane, însă în cazul unor persoane cu dizabilități, abilitățile de îngrijire necesită învățare pas cu pas, prin asociere cu recompense specifice. Grija față de un animal în timp ce acesta se găsește în context interacțional cu

persoana reprezintă o modalitate adecvată de dezvoltare a acestor abilități (învățare socială interacțională).

4. *Abilitățile de relaționare/conectare*: În multe cazuri, animalele pot duce la formarea unor punți spre dimensiunea afectivă a unei persoane, prin oferirea contactului direct cu animalul și a acceptării atingerilor de către beneficiar. În plus, aceste conexiuni emoționale bazate pe acceptarea interacțiunilor directe nu amenință formarea relației între terapeut și client, ci dimpotrivă, o poate ajuta (de exemplu, dacă un terapeut are pe birou poza cu animalul său de companie, beneficiarul poate interpreta acest lucru ca fiind un aspect pozitiv al personalității terapeutului, crescând încrederea formării relației cu acesta). Date recente colectate prin aplicarea de chestionare persoanelor vârstnice care dețin animale de companie sau sunt vizitate de echipe TAA arată că, în cele mai multe cazuri, aceste persoane au raportat relații de prietenie cu animalele lor la fel de intense sau chiar mai intense decât cele formate cu alți oameni (Chandler, 2005).
5. *Acceptarea*: Este binecunoscut faptul că animalele au tendința de a accepta necondiționat indivizii umani, dacă aceștia interacționează adecvat cu ele. Aspectul fizic al unei persoane, sau diferitele dizabilități motorii, de exemplu, nu reprezintă factori limitativi în a fi acceptată de către un animal în sesiunile de activități asistate de animale. Această acceptare simplă și necondiționată poate să aibă efecte semnificative în îmbogățirea calității vieții unor persoane.
6. *Amuzamentul, recreerea*: Prezența unui animal, chiar fără ca acesta să fie neapărat implicat în vreo activitate anume, este de cele mai multe ori antrenantă și plină de amuzament chiar și pentru persoanele care nu sunt foarte atrase de animale în general. Atmosfera interacțională între clienți și personalul instituțiilor implicat în tratamentul acestora devine mult mai relaxantă în timpul vizitelor animalelor TAA (Delta, 2005; Chandler, 2005 *apud* Rusu, 2008).
7. *Socializarea:* În literatura de specialitate există date care arată că atunci când animalele (câini, pisici) vizitează un centru de sănătate

alături de practicanții TAA, se înregistrează o frecvență mai mare a comunicării interumane și o creștere a frecvenței comportamentelor sociale pozitive, precum și o reducere a comportamentelor de tip disfuncțional (ex. Comportamente stereotipe, auto-agresivitate etc.). Într-un cadru instituțional relativ tensionat, prezența unui animal poate să faciliteze trei direcții de socializare: *între clienți și animal*, *între clienți și personal*, precum și *între clienți și alți vizitatori*. Datele prezentate în rapoartele Organizației Delta indică o comunicare mult mai facilă între clienți și personalul implicat în tratamentele acestora în timpul și după vizitele animalelor de terapie (Delta, 2005).

8. *Stimularea mintală / Activarea cognitivă*: Una dintre direcțiile de stimulare mintală oferite de interacțiunea om–animal este că prezența unui animal îmbunătățește substanțial sfera subiectelor de conversație între clienți și familiile și/sau prietenii acestora. Animalul de terapie oferă oportunități de evocare a unor episoade și interacțiuni om–animal din trecutul clientului. Date experimentale indică faptul că la copiii diagnosticați cu autism, comunicarea cu un animal (tactilă sau verbală) se face în unele cazuri mult mai ușor și mai rapid decât comunicarea cu indivizi umani (Grigore & Rusu, 2014). Prezența animalelor de terapie sau companie diminuează semnificativ tendințele de izolare socială ale indivizilor umani în general (Chandler, 2005).
9. *Contactul fizic, atingerea:* Există cazuri în care atingerea fizică din partea altor persoane poate să aibă valențe traumatice (copiii sau adulți abuzați fizic), dar nu și atingerile efectuate de către sau asupra animalelor de terapie. Ținerea în brațe a unui animal sau mângâierea acestuia pot să îmbunătățească semnificativ capacitățile de relaționare ale unui beneficiar (Delta, 2005).
10. *Beneficii fiziologice*: Există numeroase studii care indică efectele benefice ale interacțiunii cu animale asupra unor parametric fiziologici, cum ar fi frecvența cardiacă, tensiunea arterială și hormonii de stres (epinefrina și norepinefrina). Chiar și simpla observare a

peștilor dintr-un acvariu poate să ducă la o scădere semnificativă a tensiunii arteriale și a nivelului hormonilor de stres (Chandler, 2005).

## 1.3. Mecanisme ale terapiei asistate de animale (modele propuse)

Domeniul interacțiunilor terapeutice om–animal suferă momentan de lipsa unui cadru teoretic unanim acceptat pentru explicarea mecanismelor care stau la baza efectelor terapeutice ale animalelor (LaJoie, 2003). Literatura de specialitate relevă o serie de mecanisme propuse pentru explicarea efectelor interacțiunilor cu valoare terapeutică om–animal, cele mai multe fiind centrate pe atributele intrinseci și presupuse unice ale animalelor. Prezentăm mai jos cele mai des vehiculate elemente informaționale în literatura de specialitate (cu fundamentare științifică) care susțin efectele benefice ale includerii animalelor în programe de terapie și educaționale (Chandler, 2005):

### 1.3.1. Animalele ca agenți facilitatori ai interacțiunilor sociale

Există numeroase studii care se referă la abilitatea animalelor de a facilita comunicarea și interacțiunile sociale dintre clienți și terapeuți în particular și dintre oameni în general (Rochberg-Halton, 1985), unele dintre aceste studii fiind puternic susținute de date (Corson et al., 1975). Sunt necesare încă multe investigații pentru a elucida de ce animalele sunt capabile să elicite aproape întotdeauna răspunsuri sociale pozitive emoționale și comportamentale (răspunsuri prosociale) într-o mare varietate de contexte, chiar și în cele care sunt inițial considerate neconfortabile de către terapeuți și/sau clienți; acest lucru este probabil datorat faptului că animalele sunt suficient de similare la nivel psihosocial cu oamenii pentru a facilita interacțiunile sociale pozitive și suficient de disimilare față de oameni pentru a induce reacții de alertă sau frică în contextul interacțiunilor sociale (Myers, 1998; Serpell, 1996).

### 1.3.2. Animalele ca simboluri și metafore

În domenii ca antropologia socială și psihoanaliza, dar și în altele, este recunoscut faptul că imaginile animalelor poartă încărcături simbolice, fiind foarte des utilizate de către oameni pentru a exprima stări emoționale sau afecte care nu sunt ușor de verbalizat (Serpell, 1996). Tot mai mulți terapeuți promovează utilizarea imaginilor animale ca vehicule ale proiecțiilor beneficiarilor (frici, îngrijorări inconștiente, memorii cu încărcătură afectivă negativă sau pozitivă etc.), stimulând formarea de discursuri direcționate în jurul figurilor animale.

### 1.3.3. Animalele ca agenți de centrare a atenției și reglare a nivelului de activare fiziologică

Foarte mulți autori din domeniul studiului științific al interacțiunii om–animal, consideră că oamenii au o predispoziție de a fi atrași de alte forme de viață, în special de către animale. Această tendință, cunoscută sub numele original de *biofilie* (Wilson, 1984; Wilson & Kellert, 1984), este mai puternică în perioadele timpurii de dezvoltare ontogenetică ale indivizilor umani, deci la copii. Din perspectivă evoluționistă, biofilia are la bază atenția pe care strămoșii noștri erau nevoiți să o acorde animalelor atât în timpul căutării hranei, cât și în apărarea față de pericole. Se presupune că biofilia are o încărcătură adaptativă în termeni de supraviețuire și de asigurare a succesului reproductiv, deci de transmitere mai departe a genelor într-un mediu ancestral, în care atenția acordată animalelor se presupune că era esențială pentru interacțiunea optimă cu mediul înconjurător (Myers, 1998). Acest mediu ancestral este cunoscut în domeniul psihologiei evoluționiste ca *mediul adaptării evoluționiste* (*environment of evolutionary adaptedness* – EEA; Buss et al., 1998; Ermer et al., 2006). Unii autori consideră că atenția acordată animalelor în timpul vizitelor de tip TAA este suficientă pentru a explica efectele benefice ale intervențiilor TAA, în termeni de redirecționare a atenției de la o anumită problemă la animal și implicit de scădere a activării psiho-fiziologice (*engl. arousal*) asociate acelei

probleme (Katcher et al., 1983). Alte studii consideră că prezența animalelor și comportamentul lor natural au ele însele un efect calmant asupra oamenilor, pentru că oamenii au dezvoltat în timp evolutiv o capacitate specifică de a beneficia de prezența animalelor și de comportamentele acestora (emiterea sunetelor de alarmă, de exemplu), ca santinele împotriva pericolelor din mediu (Melson, 2000). Chiar dacă mediul de viață actual al speciei umane diferă de EEA ancestral, o serie de adaptări (comportamentale, fiziologice și psihologice) au fost păstrate în procesul selecției naturale, inclusiv abilitățile de a stabili și menține interacțiuni cu animalele. De asemenea, chiar dacă nu există încă date care să dovedească existența unui grup de gene specifice candidate pentru atașamentul sau atenția față de animale, explicația biofiliei rămâne una dintre cele mai vehiculate paradigme în aria fundamentării teoretice a intervențiilor asistate de animale.

### 1.3.4. Animalele ca elemente ale atașamentului

Există numeroase studii privind investigarea calitativă a relațiilor de atașament care se formează între persoanele care beneficiază de interacțiuni asistate de animale (în special copii) și animalele de terapie; aceste relații sunt adeseori considerate ca fiind un factor major în asigurarea eficienței actului terapeutic (Bardill și Hutchinson, 1997). Spre deosebire de o jucărie, un animal poate fi mai eficient în a deveni o bază de atașament pentru un copil, ca urmare a răspunsurilor comportamentale și emoționale pe care le oferă. De asemenea, o explicație frecvent vehiculată în astfel de studii este că animalele ar putea funcționa ca și obiecte de tranziție în context terapeutic (*engl. transitional objects*), favorizând formarea unor punți emoționale spre un nivel de funcționare mai bine acceptat social (Katcher, 2000). Astfel, prezența animalelor în procesul terapeutic poate oferi oportunități de recalibrare a modelelor de lucru în context social, permițând analiza modelelor existente și remodelarea percepțiilor, atitudinilor și comportamentelor față de ceilalți (animale și oameni).

### 1.3.5. Animalele ca surse ale suportului social

Deși posibilitatea oferirii suportului social de către animale este considerată unul dintre factorii majori ai evoluției legăturii om–animal de companie (Bonas et al., 2000; Serpell, 2014), acest concept a fost relativ puțin abordat științific în domeniul terapiei asistate de animale. Acest lucru poate fi datorat faptului că legătura om–animal în programele de terapie asistată de animale, spre deosebire de legătura om–animal de companie în general, este vazută ca fiind prea tranzientă pentru a lua în calcul suportul social (Bonas et al., 2000). Cu toate acestea, unii autori consideră că abilitatea animalelor de a accepta necondiționat chiar și persoane necunoscute la prima întâlnire cu acestea, ar putea fi luată în considerare ca un element de oferire a suportului social (în general) și a suportului emoțional (în particular) în contextul vizitelor repetate ale animalelor de terapie (Fine, 2000).

### 1.3.6. Animalele ca instrumente ale învățării sociale

Multe programe care încorporează activități asistate de animale pornesc de la ideea de bază că animalele pot juca rolul unor instrumente eficiente pentru inducerea sau facilitarea unor modificări la nivel de cogniții și comportamente, cum ar fi de exemplu, promovarea cogniților pozitive și a comportamentelor sociale proactive (Fine, 2000). În studiile de specialitate se presupune că o serie de atribute ale animalelor de companie ar putea facilita aceste modificări prin: îmbunătățiri ale abilităților sociale și de îngrijire, îmbunătățiri ale sentimentelor de responsabilitate, îmbunătățiri ale abilităților de reglare a comportamentelor disfuncționale, creșterea stimei de sine și a autoeficacității etc. (Rusu, 2017).

Includerea interacțiunilor cu animalele în programe terapeutice și educaționale se poate realiza într-o varietate de moduri (individual, de grup), atât la domiciliul beneficiarului (adesea implicând și propriile animale de companie), cât și în diferite instituții cum ar fi: școli, gră-

dinițe, centre de asistență socială, spitale, centre de îngrijire a persoanelor vârstnice, centre de detenție, centre de recuperare psiho-motorie etc. Prezentăm mai jos câteva *domenii funcționale* care pot fi adresate cu ajutorul intervențiilor asistate de animale (Delta, 2005, *apud* Rusu, 2008):

- *Domeniul fizic*: îmbunătățirea abilităților motorii fine și grosiere, îmbunătățirea deprinderilor folosirii fotoliului rulant sau al cadrului de mers, îmbunătățirea echilibrului și a posturii corporale.
- *Domeniul sănătății mentale*: îmbunătățirea comunicării verbale, îmbunătățirea deprinderilor atenționale, dezvoltarea deprinderilor de relaxare, îmbunătățirea stimei de sine și a auto-eficacității, reducerea nivelului de anxietate, reducerea sentimentelor de singurătate, diminuarea tendinței de izolare socială.
- *Domeniul educațional*: îmbunătățirea limbajului și vocabularului prin exerciții specifice implicând prezența animalului, valorificarea memoriei de lungă sau de scurtă durată, valorificarea cunoștințelor și a diferitelor concepte (număr, formă, mărime, culoare etc.), promovarea unei educații ecologice adecvate, adică a unei atitudini pozitive, responsabile și respect față de ființele vii și față de natură în general.
- *Domeniul motivațional*: valorificarea dorinței de a fi implicat într-o activitate de grup, valorificarea interacțiunilor cu ceilalți, valorificarea interacțiunilor cu personalul, exersarea pașilor/etapelor spre atingerea unui scop proxim, îmbunătățirea abilităților de organizare a unei activități etc.

În afară de multiplele beneficii asociate cu intervențiile asistate de animale la nivel individual, un rol important a început să se acorde modelării comportamentale și emoționale pe care animalele incluse în contextul terapeutic sau educațional o au asupra terapeutului și personalului implicat în procesele de terapie (Katcher și Wilkins, 2000). Prezența animalelor în diferitele instituții promovează o atmosferă prosocială și relaxantă, reducând semnificativ nivelul de stres asociat locului de muncă (Fine, 2000).

Apelarea la intervențiile asistate de animale de animale poate să apară în unele cazuri când orice alt tip de tratament a eșuat. De aceea, o importanță majoră a început să se acorde în ultimii ani elaborării de planuri de intervenție clare, după modelul studiilor clinice controlate, ținându-se cont de criterii de includere și excludere, mărimea probei, existența grupului de control, luarea în calcul a trăsăturilor specifice ale populației în cauză, tipuri de variabile asociate simptomelor negative și pozitive, corelate neurobiologice etc. (Serpell et al., 2017). Pentru proiectarea în manieră riguroasă a intervențiilor asistate de animale, este important să se identifice foarte clar comportamentele țintă cărora li se vor aloca planurile de intervenție adecvate, bazat pe nevoile specifice ale beneficiarului și pe abilitățile animalului de terapie. Un subiect care necesită încă foarte multe studii științifice îl reprezintă *evaluarea* efectelor IOA și identificarea *tipurilor de design* adecvate pentru obținerea efectelor maxime ale unei forme de terapie combinată cu activități asistate de animale (Kruger, Tractenberg și Serpell, 2004). Tipul de **design augumentativ** (*engl. augmentation design***)** constă din adăugarea unui animal în mediul terapeutic și compararea rezultatelor cu cele care s-ar obține în mod normal, fără prezența animalului. În cazul unui tip de **design comparativ** (*engl. comparison design***)**, se compară rezultatele unei forme de terapie în care se introduce TAA, cu rezultatele aceleași forme de terapie în care se introduce o altă formă de activitate, cum ar fi grădinăritul sau jocul cu animale de pluș. Un alt tip de design care ar permite evaluarea efectelor TAA este **designul prospectiv longitudinal** (*engl. prospective longitudinal design*), care permite investigarea pe termen mai lung a dinamicii relației între beneficiar și terapeut, precum și relației între beneficiar și animalul inclus în planul de terapie, respectiv echipa instructor–animal (Kruger, Tractenberg și Serpell, 2004).

## 1.4. Exemplu de includere a interacțiunilor asistate de câini în activitățile de joc și socializare ale copiilor cu diagnostic din spectrul autist – model de program IAA

Prezentăm mai jos un model de program de intervenții asistate de animale (câini) bazat pe joc structurat (exerciții de agilitate) și joc liber, având ca scop identificarea indicatorilor comportamentali afectelor pozitive la copiii cu diagnostic din spectrul autist, ținând cont și de manifestarea acestor indicatori la câini, dar și ai indicatorilor comportamentali ai stresului. Programul a fost testat și implementat în cadrul proiectului de cercetare PN-II-PT-PCCA-2013-4-0781 (director: Alina S. Rusu, Universitatea Babeș-Bolyai, în parteneriat cu Asociația Autism Transilvania din Cluj-Napoca și compania de testări psihologice D&D Research, București), având titlul „*Platforma de screening psihopedagogic și intervenții interdisciplinare (terapie ocupațională asistată de animale) pentru îmbogățirea socio-empțională a copiilor cu autism și a familiilor lor"*. În cadrul programului specific de interacțiuni asistate de câini au participat echipe (câine–deținător, câine–instructor canin) din cadrul Școlii de Dresaj Canin Pet Joy Sports Cluj-Napoca, precum și echipe independente de terapie asistată de animale.

### 1.4.1. Justificarea teoretică a programului

Un număr semnificativ de cercetări în domeniul intervențiilor asistate de animale pentru persoanele cu diagnostic din spectrul autist evidențiază că interacțiunile pozitive om–animal, cum ar fi jocul și mângâiatul animalelor, sau prezența câinelui în timpul cititului, au potențialul de a îmbunătăți interacțiunile sociale prin facilitarea manifestării unor indicatori ai afectelor pozitve (zâmbet, răs) (Prothmann, Bienert, & Ettrich, 2006; Grigore & Rusu, 2014). Contactul direct cu animalele de companie poate avea un efect modulator asupra unor parametri psiho-sociali asociați cu interacțiunile sociale (Beetz et al., 2012; Wilson,

1984), fiind considerat un indicator al atașamentului securizant și al confortului social. La nivel fiziologic, sistemul secretor oxitocinic (oxitocina este un hormon produs în hipotalamus) s-a dovedit a fi activat în situații de contact fizic pozitiv, cum ar fi jocul cu prietenii sau cu animalele de companie (Beetz et al., 2012a; Chandler, 2011; *apud* Rusu, 2017).

Pe lângă rolul cunoscut al animalelor utilitare în diferite aspecte ale vieții oamenilor, există tot mai multe evidențe științifice ale beneficiilor interacțiunii om–animal la nivel de sănătate mentală și dezvoltare socio-emoțională (Chandler, 2011), în special în cazul persoanelor cu deficiențe sociale, cum ar fi copiii cu autism. Statistici recente indică o prevalență a copiilor și adolescenților cu diagnostic din spectrul autist în România de aproximativ 15.000 (Autism Europe, 2016). De asemenea, se remarcă un interes crescut al organizațiilor orientate spre incluziunea persoanelor cu autism spre metode care pot crește eficiența intervențiilor terapeutice standard, cum ar fi activitățile asistate de animale (Grigore & Rusu, 2014; Rusu, 2017). Comportamentul de joc oferă oportunități de achiziție de noi abilități sau de a le exersa pe cele existente într-un mediu sigur și încurajator (Naber et al., 2007), care poate fi context optim de învățare a unor reguli sociale, de explorare a mediului în ceea ce privește gradul de siguranță fizică și socială al acestuia (Ainsworth et al., 1978; Casby, 2003, *apud* Rusu, 2017). Literatura de specialitate susține tot mai mult combinarea activităților de joc cu interacțiuni cu animale de terapie (în particular cu câini), având în vedere că interacțiunile pozitive cu aceștia se bazează pe tendințele caracteristice speciei canine de a explora mediul prin joc, precum și pe abilitățile co-evolutate ale câinilor de a recunoaște emoțiile oamenilor exprimate la nivel facial, gestural și prin voce (Andics et al., 2014; Albuquerque et al., 2016).

Programul IAA prezentat aici a inclus activități pozitive (bazate pe joc) asistate de câini, orientat spre stimularea exprimării la nivel comportamental a emoțiilor pozitive de către copiii cu autism, ținând însă cont și de indicatorii comportamentali ai stărilor pozitive în cazul câinilor. Interacțiunile om–animal prezentate în acest program pot fi ușor implementate în mediul familial (părinți, aparținători, frați), cu

câinii de acasă, sau în centrele unde este permis accesul cu animale de companie și/sau de terapie. Chiar dacă există o tendință în rândul familiilor cu copii, în special cu copii cu dizabilități, de a adopta animale de companie, nu toate familiile conștientizează importanța timpului de calitate petrecut cu animalele, în sensul activităților care implică un contact direct cu animalele, acesta fiind o prerechizită importantă a beneficiilor psiho-fiziologice ale interacțiunilor om–animal (Beetz et al., 2012 *apud* Rusu, 2017). Cu toate că există dovezi științifice pentru abilitățile câinilor de a înțelege emoțiile faciale și vocale umane (Andics et al., 2014; Albuquerque et al., 2016), aceștia pot avea uneori dificultăți în perceperea semnalelor emoționale (sau lipsa acestora) în interacțiunile cu persoane cu deficite la nivel de comunicare socială, cum ar fi persoanele cu autism. Aceste dificultăți ar putea fi asociate cu semne ale stresului la animale, care pot avea impact nu doar asupra calității actului terapeutic, ci și asupra calității vieții animalului (Serpell et al., 2017). Ca urmare, observarea indicatorilor comportamentali ai stării de bine manifestați de către animalelor implicate în activități de tip terapeutic a devenit un aspect de care se recomandă să se țină cont în planificarea activităților asistate de animale (Podberscek, 2006).

### 1.4.2. Scopul programului

În acest se urmărește investigarea asocierii dintre jocul activ și indicatori ai afectelor pozitive la copiii cu simptomatologie din spectrul autist în două tipuri de interacțiuni pozitive om-câine (pentru descrierea detaliată a programului, a se vedea Pop, Rusu & Mireșan, 2016; Rusu, 2017): (1) joc activ structurat, de tip agilitate (exerciții ghidate, bazate pe organizare spațială și temporală) și (2) joc activ nestructurat liber (cu mingea, plimbat în lesă, mângâiat liber).

### 1.4.3. Metode

*Participanți*: Un număr de 11 copii cu diagnostic din spectrul autist (vârsta cuprinsă între 4–12 ani), înscriși în diferite programe de terapie ale Centrului de Zi Autism Transilvania, Cluj-Napoca, România, au

participat în programul IOA pe baza unei evaluări standard de includere în activități cu animale și pe baza consimțământului scris al părinților. Toate familiile din care au provenit copiii au raportat că dețin animale de companie (câini și/sau pisici).

### 1.4.4. Modalitate de desfășurare a programului

Programul IOA s-a desfășurat în curtea Centrului pe parcursul a trei luni, cu 2–3 întâlniri săptămânale. Înaintea de începerea programului, s-a organizat o vizită cu animalele de terapie la Centru, sub forma unui eveniment de tip Ziua Interacțiunii Om–Animal, deschis pentru părinți și personalul Centrului. *Sesiunile structurate de joc* (SS) au inclus exerciții de tip agilitate, în care un instructor canin direcționează câinele printr-o cursă de obstacole, fără a utiliza lesa. În cazul copiilor cu autism, aceste exerciții au fost adaptate prin utilizarea a două lese (lesă dublă) de lungimi diferite, una scurtă, coordonată de instructor și una lungă, coordonată de către copil. *Sesiunile nestructurate* (SN) au constat în activități libere de tip *free style* (plimbat, jocuri cu mingea sau cu jucăria favorite a câinelui, alergat, mângâiat spontan). Fiecare sesiune a durat în medie 20 de minute, fiecare copil trecând prin două sesiuni (SS și SN), în ordine randomizată pe parcursul aceleași ore de lucru, de două ori pe săptămână. În cadrul SS, după o demonstrație oferită de către instructorul canin, câinele era condus de către copil (cu ajutorul lesei duble) printr-o serie de obstacole de tip agilitate (a se vedea ilustrațiile de la finalul cărții), constând în 5 linii de bariere pentru sărit și un tunel de pânză (3 m lungime). Instructorul canin era prezent pe tot parcursul traseului, alături de un terapeut (acesta intervenea verbal sau gestural când copilul nu înțelegea instrucțiunile, sau când acesta cerea explicit ajutorul).

### 1.4.5. Colectarea și codarea datelor

Indicatorii comportamentali ai afectelor pozitive evaluați la copii și la câini au fost stabiliți pe baza analizei literaturii de specialitate, în care s-au identificat o serie de asocieri între elemente comportamentale

și indici fiziologici ai stresului (Grigore & Rusu, 2014), cum ar fi: privitul îndelungat în ochii câinilor (dublat de atitudini favorabile față de animale) a fost asociat cu activarea sistemului nervos vegetativ parasimpatic (Nagasawa et al., 2015), mângâierea câinilor a fost asociată cu secreția de oxitocină și scăderea nivelului de cortizol, precum și cu o frecvență mai mare a zâmbetelor (Odendaal & Meintjes, 2003; Handlin et al., 2011; Grigore & Rusu, 2014). *În cazul copiilor*, au fost codate o serie de elemente comportamentale asociate cu afectele pozitive (Pop, Rusu, & Mireșan, 2016), cum ar fi: mângâiatul câinelui, orientarea spre câine, chemarea câinelui, atingerea fără agresivitate, inițierea jocului, privitul spre câine, zâmbetul, râsul, etc. Indicatorii comportamentali ai stărilor pozitive (fără semne ale stresului) *în cazul câinilor* au fost: privitul spre copil, datul din coadă, acceptarea atingerilor, inițierea jocului și răspunsul la joc. Fiecare sesiune a fost înregistrată video, pe baza consimțământului părinților, pentru a se putea extrage datele necesare analizelor statistice. Din totalul sesiunilor înregistrate, s-a putut realiza codarea elementelor comportamentale pentru 28 de sesiuni structurate (SS) și 13 sesiuni nestructurate (NS). Frecvențele relative ale indicatorilor comportamentali ai afectelor pozitive pentru copii și pentru câini au fost comparate între tipurile de sesiuni de joc structurat și nestructurat (pentru detalii privind analizele statistice, a se vedea Pop, Rusu, & Mireșan, 2016).

### 1.4.6. Pregătirea exercițiilor – faza pilot

Programul IOA a început cu o fază pilot la Sala de Sport Geleriu din Parcul Sportiv Iuliu Hațieganu (Universitatea Babeș-Bolyai), Cluj-Napoca, în cadrul Programului *Be Active Together* (Biroul pentru Studenți cu Dzabilități, coordonator: Alina S. Rusu), desfășurat în colaborare cu Școala de Dresaj Canin Pet Joy, Cluj-Napoca. În această fază pilot au avut loc patru întâlniri (cu durata totală de 2 ore/întâlnire), în cadrul cărora s-au testat atât activitățile asistate de câini de tip structurat (trasee de tip agilitate), cât și cele nestructurate (de tip joc liber cu câinele). S-a observat că pentru activitățile nestructurate, cel mai potrivit era

câinele Loki (mascul, cocker spaniel, cu experiență în domeniul activităților asistate de animale), care se putea juca liber cu copiii cu ajutorul unei mingi, nefiind nevoie în general de indicații din partea instructorului. În cazul activităților structurate, s-a decis constituirea unui traseu format din obstacole de tip gărdulețe montabile și un tunel rabatabil din material ușor, dar stabil, utilizat în sportul de tip agilitate (cu diametrul de 1 m și lungimea de 4 m), care trebuia parcurs de copil împreună cu câinele, în prezența instructorului și a terapeutului. Activitățile asistate de animale au fost realizate în conformitate cu normele etice și standardele cerute la nivel internațional de astfel de programe (managementul riscului zoonotic, asigurarea igienei, nivel optim de predictibilitate a câinelui, dresaj de obedienţă existent pentru câine, comunicare optimă între instructor și câine). Menționăm că planificarea activităților s-a făcut în colaborare cu terapeuții Centrului Autism Transilvania (cu acordul părinților copiilor), realizându-se faza de evaluare pre-TAA pentru participanți (lipsa alergiilor, fobiilor, istoric al interacțiunilor agresive, antecedente de cruzime față de animale etc.).

Metoda folosită pentru generarea etogramei (totalitatea acțiunilor și posturilor comportamentale) în cazul analizei comportamentului fiecărui copil și câine a fost cea a colectării continue de date, cu centrarea atenției pe un singur individ (*focal animal sampling)*. Datele au fost colectate sub formă de unități comportamentale pe baza analizei înregistrărilor video ale ședintelor.

## 1.5. Rezultate

(prezentate pentru o parte dintre participanți)

### 1.5.1. Indicatori comportamentali ai afectelor pozitive – copii

Analiza rezultatelor prezentate în manieră selectivă în cadrul acestui capitol (Tabel 1 și Tabel 2) indică un nivel al diversității comportamentale apărute (număr total de secvențe) mai mare în cazul sesiunilor structurate de tip agilitate (traseu cu obstacole) comparat cu jocul liber.

**Tabel 1.** ***Analiza unităților comportamentale manifestate de participantul B*** (băiat, vârsta = 9 ani).
Frecvențe totale și relative (raportate la 60 de secunde) ale indicatorilor comportamentali ai afectelor pozitive de tip copil-spre-instructor și copil-spre-câine cuantificați în ședintele IAA de tip structurat (SS) și nestructurat (NS). SS = traseu de tip agilitate, NS = joc liber cu câinele. Categoriile de secvențe se referă la tipurile de unități comportamentale apărute (conform etogramei), numărul de tranziții se referă la totalitatea trecerilor de la o secvență la alta (conform matricei de tranziție generată pentru fiecare sesiune), iar afectele pozitive se referă la unitățile comportamentale de tip prosocial (acceptare lesă, mângâiat, zâmbet, orientare spre câine etc.). Inst. = instructor canin

| Nr. ședință | Tip (SS, NS) | Câine (nume) | Durată totală sesiune (secunde) | Număr total categorii de secvențe apărute | Număr tranziții/ sesiune | Număr tranzitii/ 60 sec. | Total afecte pozitive copil spre câine/ sesiune | Frecvență afecte pozitive copil spre câine/ 60 sec. | Total afecte pozitive copil spre Inst./ sesiune | Frecvența afecte pozitive copil/Inst./ 60 sec. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | SS | Bailey | 152 | 15 | 23 | 9,07 | 9 | 4,39 | 0 | 0 |
| 2 | SS | Cola | 233 | 19 | 49 | 12,61 | 20 | 5,15 | 0 | 0 |
| 3 | SS | Tena | 167 | 18 | 38 | 13,65 | 12 | 4,31 | 1 | 0,35 |
| 4 | NS | Loki | 90 | 14 | 31 | 20,66 | 6 | 4 | 0 | 0 |
| 5 | NS | Loki | 215 | 17 | 30 | 8,37 | 4 | 1,11 | 1 | 0,27 |
| 6 | NS | Loki | 383 | 19 | 43 | 6,73 | 4 | 0,62 | 0 | 0 |
| 7 | NS | Loki | 195 | 14 | 18 | 5,53 | 1 | 0,3 | 1 | 0,3 |

**Tabel 2.** ***Analiza unitatilor comportamentale manifestate de participantul D*** (băiat, varsta = 3 ani).
Frecvențe totale și relative (raportate la 60 de secunde) ale indicatorilor comportamentali ai afectelor pozitive de tip copil-spre-instructor și copil-spre-câine cuantificați în ședintele IAA de tip structurat (SS) și nestructurat (NS). SS = traseu de tip agilitate, NS = joc liber cu căinele. Categoriile de secvențe se referă la tipurile de unități comportamentale apărute (conform etogramei), numărul de tranziții se referă la totalitatea trecerilor de la o secvență la alta (conform matricei de tranziție generată pentru fiecare sesiune), iar afectele pozitive se referă la unitățile comportamentale de tip prosocial (acceptare lesă, mângâiat, zâmbet, orientare spre câine etc.). Inst. = instructor canin

| Nr. sesiune | Tip (SS, NS) | Câine (nume) | Durata totală sesiune (secunde) | Număr total categorii de secvențe aparute | Număr de tranziții/ sesiune | Număr tranziții/ 60 sec. | Total afecte pozitive copil spre cîine/ sesiune | Frecvența afecte pozitive copil spre câine/ 60 sec. | Total afecte pozitive copil spre Inst./ sesiune | Frecvența afecte pozitive copil/Inst./ 60 sec. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | SS | Bailey | 404 | 27 | 56 | 8,31 | 10 | 1,48 | 1 | 0,14 |
| 2 | SS | Bailey | 317 | 35 | 78 | 14,76 | 24 | 4,54 | 0 | 0 |
| 3 | SS | Bailey | 48 | 9 | 16 | 20,00 | 3 | 3,75 | 0 | 0 |
| 4 | SS | Bailey | 142 | 12 | 29 | 12,25 | 7 | 2,95 | 3 | 1,26 |
| 5 | NS | Loki | 68 | 16 | 23 | 20,29 | 3 | 2,64 | 0 | 0 |
| 6 | NS | Loki | 245 | 25 | 40 | 9,79 | 12 | 2,93 | 1 | 0,24 |

De asemenea, frecvența relativă de manifestare a afectelor pozitive de tip copil-spre-câine este mai mare în cazul activităților de tip structurat. Rezultatele și interpretarea lor detaliată au fost prezentate în Pop, Rusu & Mireșan (2016).

### 1.5.2. Indicatori comportamentali ai afectelor pozitive – câini de terapie

**Tabel 3.** ***Tipuri de unități comportamentale din cadrul etogramei (activități și posturi) utilizate pentru analiza video a comportametelor manifestate de câinii de terapie în cadrul programului de tip IAA (de tip agilitate și joc liber) – definiții și acronimele acestor unități comportamentale***

| | | |
|---|---|---|
| ALI | Acceptat lesă instructor | Câinele acceptă să îi fie pusă sau scoasă lesa de către instructor |
| ALC | Acceptat lesă copil | Câinele acceptă să îi fie pusă sau scoasă lesa de către copil |
| ALP | Acceptat lesă alte persoane | Câinele acceptă să îi fie pusă sau scoasă lesa de către altă persoană |
| AMI | Acceptat mângâiere instructor | Câinele acceptă sa îi fie atins corpul cu mâna sau să fie mângâiat de catre instructor |
| AMC | Acceptat mângâiere copil | Câinele acceptă să îi fie atins corpul cu mâna sau să fie mângâiat de către copil |
| AMP | Acceptat mângâiere altă persoană | Câinele acceptă sa îi fie atins corpul cu mâna sau sa fie mângâiat de către altă persoană |
| AC | Apropiere copil | Câinele merge în direcția copilului și se apropie de el |
| AM | Apucare minge | Câinele apucă și tine mingea (sau altă jucarie) în gură |
| ARI | Acceptat recompensă instructor | Câinele primește hrana ca recompensă de la instructor |
| ARC | Acceptat recompensă copil | Câinele primește hrana ca recompensă de la copil |
| CM | Căutat minge | Câinele cauta mingea sau jucăria ascunsă de copil |
| C | Culcat | Câinele stă în poziția „culcat”, pe burtă |

**Tabel 4.** ***Analiza unitatilor comportamentale manifestate de câinii de terapie în cadrul programului IAA*****.**
Frecvențe totale și relative (raportate la 60 de secunde) ale indicatorilor comportamentali ai afectelor pozitive de tip câine-spre-instructor și câine-spre-copil cuantificați în ședintele IAA de tip structurat (SS) și nestructurat (NS). SS = traseu de tip agilitate, NS = joc liber cu câinele. Categoriile de secvențe se referă la tipurile de unități comportamentale apărute (conform etogramei), numărul de tranziții se referă la totalitatea trecerilor de la o secvență la alta (conform matricei de tranziție generată pentru fiecare sesiune), iar afectele pozitive se referă la unitățile comportamentale de tip prosocial (acceptare lesă, mângâiat, zâmbet, orientare spre câine etc.). Inst. = instructor canin

| Nr. Ses. | Tip (SS, NS) | Câine (nume) | Nr. total secvențe apărute | Nr. tranziții/ sesiune | Nr. tranziții/ 60 sec | Total afecte pozitive câine spre copil/ses. | Frecvența afecte pozitive câine spre copil/60 sec | Total afecte pozitive câine spre Inst./ses. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 00033 | NS | Loki | 22 | 111 | 26 | 0 | 0 | 0 |
| 1187 | NS | Loki | 30 | 237 | 27 | 2 | 0,23 | 1 |
| 1188 | NS | Loki | 15 | 60 | 24 | 3 | 1,24 | 0 |
| 00037 | NS | Loki | 17 | 41 | 39 | 6 | 5,71 | 4 |
| 00024 | NS | Loki | 21 | 37 | 17 | 0 | 0 | 3 |
| 00030 | SS | Barney | 23 | 53 | 26 | 2 | 1 | 5 |
| 00028 | SS | Cola | 34 | 187 | 37 | 4 | 0,8 | 10 |
| 00035 | SS | Tena | 23 | 137 | 21 | 5 | 0,79 | 13 |
| 00027 | SS | Cola | 25 | 135 | 34 | 9 | 2,3 | 14 |
| 00037 | SS | Zen | 25 | 151 | 44 | 8 | 2,34 | 10 |
| 00009 | SS | Bailey | 21 | 33 | 39 | 2 | 2,4 | 3 |
| 00036 | SS | Zen | 38 | 148 | 50 | 7 | 2,37 | 18 |
| 00038 | SS | Cola | 35 | 139 | 31 | 4 | 0,9 | 8 |
| 00020 | SS | Bailey | 41 | 292 | 47 | 18 | 2,91 | 20 |
| 1185 | NS | Loki | 49 | 288 | 32 | 5 | 0,56 | 5 |
| 1196 | NS | Loki | 47 | 174 | 36 | 6 | 1,27 | 8 |
| 00015 | SS | Chilli | 21 | 49 | 49 | 0 | 0 | 3 |

Rezultatele prezentate în acest capitol în ceea ce privește indicatorii comportamentali ai afectelor pozitive manifestate de către câinii de terapie participanți în program (Tabel 4) indică un numar mai mare de tranziții comportamentale de la o secvență la alta în conditiile de joc structurat (traseu de agilitate) comparat cu jocul nestructurat. Frecvența afectelor pozitive de tip câine-spre-copil este similară în ambele situații (structurat și joc liber). Menționăm faptul ca analiza matricilor complexe de tranziție indica o frecvență mai ridicată a semnelor de stres la câine în condiții de joc liber comparativ cu conditia de tip structurat (agilitate); rezultatele sunt prezentate în detaliu în Pop, Rusu & Mireșan (2016).

## 1.6. Discuții, concluzii și recomandări

Rezultatele prezentate selectiv în cadrul acestui capitol indică o serie de diferențe (deși doar cu o tendință în ceea ce privește semnificație statistică) între cele două tipuri de sesiuni de joc (structurat și nestructurat) în ceea ce privește indicatorii comportamentali ai afectelor pozitive la copiii cu diagnostic din spectrul autist și câinii de terapie participanți. Astfel, comportamentele pozitive ale câinilor direcționate spre copii au fost exprimate cu o frecvență mai crescută în sesiunile nestructurate (joc liber) decât în cele de tip structurat. Frecvența indicatorilor comportamentali ai afectelor pozitive exprimate de către copii în interacțiunile cu câinii a tins să fie mai crescută în sesiunile structurate în comparație cu cele nestructurate. Exercițiile de tip agilitate (joc structurat) implică un ghidaj mai clar din partea instructorului canin (comenzi clare, cu arătarea direcțiilor), care ar putea funcționa ca forme de promptare verbală și gesturală pentru acțiunile copiilor în raport cu câinele, dar, în același timp, direcționează atenția câinelui mai mult spre instructor decât spre copil.

Un aspect important de care recomandăm să se țină cont pe viitor în planificarea activităților asistate de câini pentru copiii cu autism este că fiecare tip de joc (structurat și nestructurat) a fost caracterizat de câțiva indicatori specifici ai afectelor pozitive (Pop, Rusu, & Mireșan,

2016). Astfel, în sesiunile structurate, comportamentul predominant al copiilor față de câine a fost mângâiatul (contact fizic direct cu câinele), iar în sesiunile nestructurate, jocul copiilor cu câinele s-a realizat predominant cu ajutorul jucăriilor (minge, sfoară), mai puțin prin contact fizic direct. Putem concluziona că jocul structurat (cu obstacole și instrucțiuni clare) a fost asociat în cazul copiilor cu autism cu o frecvență mai mare a contactului direct cu câinii. Contactul fizic direct cu animalele, așa cum arată literature de specialitate, se consideră o prerechizită importantă pentru ca efectele pozitive ale interacțiunii om–animal să aibă loc (ex. secreție de oxitocină, scăderea nivelului hormonilor de stres). În cazul sesiunilor structurate, câinii au acceptat mai multe mângăieri de la copii, cele mai multe fiind oferite sub formă de recompense încurajate de către instructorul canin. În cazul sesiunilor de joc nestructurat, chiar dacă animalele răspundeau la inițierea jocului cu diferite jucării (minge, sfoară), acestea au tins să accepte mai puține atingeri decât în jocurile structurate. Acest studiu indică faptul că ambele tipuri de interacțiuni (joc structurat și nestructurat) au fost asociate cu indicatori comportamentali ai afectelor pozitive ai copiilor față de animale (zâmbete, râs, mângâiat) și ai animalelor față de copii (acceptare a mângâiatului, inițiere a jocului, contact vizual; pentru detalii, a se vedea Pop, Rusu & Mireșan, 2016).

Chiar dacă grupul de lucru a fost unul relativ redus și nu permite generalizări, rezultatele acestui program oferă posibilitatea de a recomanda **o combinație de activități de joc structurat și nestructurat** atunci când se planifică un program de activități asistate de câini pentru copiii cu autism, atât în mediul familiei (cu animalul de acasă), cât și în mediul instituțional (școală, centru de terapie). O astfel de combinație de activități de joc oferă șansa de experiențe sănătoase atât pentru copii, cât și pentru câini. Traseele de agilitate pot fi ușor create în orice context, utilizând materiale simple și ieftine, cum ar fi scaune sau eșarfe, printre care animalele și copiii pot fi ghidați cu ușurință, fără riscuri de rănire. Programul nostru pune accent pe valorificarea animalelor de companie deținute de familiile cu copii cu autism, în direcția conștien-

tizării psoibilităților de optimizare a abilităților de comunicare socială și exprimare a emoțiilor prin activități asistate de câini de către copii, într-o manieră participativă și pozitivă atât pentru oameni, cât și pentru animale.

## Referințe bibliografice

Ainsworth, M.S., Blehar, M.C., Waters, E., Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

Albuquerque, N., Guo, K., Wilkinson, A, Savalli, C., Otta, E., & Mills, D. (2016). Dogs recognize dog and human emotions. *Biology Letters. The Royal Society*, 12(1):20150883.

Andics, A., Gácsi, M., Faragó, T., Kis, A., & Miklósi, Á. (2014). Voice-sensitive regions in the dog and human brain are revealed by comparative fMRI. *Current Biology*, 24(5):574–578.

Bardill, N., & Hutchinson, S. (1997). Animal-assisted therapy with hospitalized adolescents. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 10:17–24.

Beetz, A., Julius, H., Turner, D., & Kotrschal, K. (2012). Effects of social support by a dog on stress modulation in male children with insecure attachment. *Frontiers in Psychology*, 3:352.

Beetz, A., Uvnäs-Moberg, K., Julius, H., & Kotrschal, K. (2012). Psychosocial and Psychophysiological effects of human-animal interactions: The possible role of Oxytocin. *Frontiers in Psychology*, 3:234.

Bonas, S., McNicholas, J., Collis, G.M. (2000). Pets in the network of family relationships: An empirical study. In: A.L. Podberscek, E.S. Paul, & J.A. Serpell (Eds.), *Companion Animals and Us: Exploring the Relationships Between People and Pets*. Cambridge University Press.

Buss, D.M., Haselton, M.G., Shackelford, T.K., Bleske, A.L., & Wakefield, J.C. (1998). Adaptations, exaptations, and spandrels. *American Psychologist*, 53:533–548.

Casby, M.W. (2003). The development of play in infants, toddlers and young children. *Communication Disorders Quarterly*, 24(4):163–174.

Chandler, C.K. (2011). Animal assisted therapy in counseling. London, United Kingdom: Routledge.

Chandler, K. C. (2005). Animal Assisted Therapy în Counseling. NY: Routledge.

Corson, S.A., Corson, E.O'L., Gwynne, P.H. (1975). Pet-facilitated psychotherapy. In: R.S. Anderson (Ed.), *Pet Animals and Society*. Baltimore, MD: Williams and Wilkins.

Delta Society (2004). Animal Assisted Therapy Applications I, Student Guide.

Delta Society (2005). Team Training Course Manual, A Delta Society Program for Animal-Assisted Activities and Therapy, www.deltasociety.org.

Ermer, E., Guerin, S., Cosmides, L., Tooby, J., Miller, M. (2006) Theory of mind broad and narrow: Reasoning about social exchange engages ToM areas, precautionary reasoning does not. *Social Neuroscience,* 1:196–219.

Europe A. Latest news [Internet]. 2016 [cited 2016 Aug 17]. Available from: http://www.autismeurope.org/

Fine, A, ed. (2000). Handbook of Animal-Assisted Therapy. NY: Academic Press.

Grigore, A.A., & Rusu A.S. (2014). Interaction with a therapy dog enhances the effects of social story method in autistic children. *Society & Animals*, 22(3):241–261.

Handlin, L., Hydbring-Sandberg, E., Nilsson, A., Ejdebäck, M., Jansson, A., & Uvnäs-Moberg, K. (2011). Short-term interaction between dogs and their owners: Effects on Oxytocin, Cortisol, insulin and heart Rate – An exploratory study. *Anthrozoos: A Multidisciplinary Journal of The Interactions of People & Animals*, 24(3):301–15.

Katcher, A.H. (2000). The future of education and research on the animal-human bond and animal-assisted therapy. In: A.H. Fine (Ed.), *Handbook on Animal-Assisted Therapy*. New York: Academic Press.

Katcher, A.H., Friedmann, E., Beck, A.M., Lynch, J.J. (1983). Looking, talking and blood pressure: The physiological consequences of interaction with the living environment. In: A.H. Katcher & A.M. Beck (Eds.), *New Perspectives on Our Lives with Companion Animals*. Philadelphia, PA: University of Pennsylvania Press.

Katcher, A.H., Wilkins, G.G. (2000). The Centaur's lessons: Therapeutic education through care of animals and nature study. In: A.H. Fine (Ed.), *Handbook on Animal-Assisted Therapy*. New York: Academic Press.

Kruger, K., Trachtenberg, S., & Serpell, J.A. (2004). Can animals help humans heal? Animal-assisted interventions in adolescent mental health. http://www.vet.upenn.edu/

LaJoie, K.R. (2003). An Evaluation of the Effectiveness of Using Animals in Therapy. Unpublished doctoral dissertation, Spalding University, Louisville, KY.

Levinson, B. (1970). Pets, child development, and mental illness. *Journal of the American Veterinary Medical Association*, 157 (11):1759–1766.

Melson, G.F. (2000). Companion animals and the development of children: Implications of the biophilia hypothesis. In: A.H. Fine (Ed.), *Handbook on Animal-Assisted Therapy*. New York: Academic Press.

Myers, O.E. (1998). Children and Animals. Boulder, CO: Westview Press.

Naber, F.B.A., Bakermans-Kranenburg, M.J., van IJzendoorn, M.H., Swinkels, S.H.N, Buitelaar, J.K., Dietz, C., et al. (2007). Play behavior and attachment in toddlers with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 38(5):857–66.

Nagasawa, M., Mitsui, S., En, S., Ohtani, N., Ohta, M., Sakuma, Y., et al. (2015). Oxytocin-gaze positive loop and the coevolution of human-dog bonds. *American Association for the Advancement of Science*, 348(6232):333–336.

Odendaal, J.S., Meintjes, R. (2003). Neurophysiological Correlates of Affiliative behaviour between humans and dogs. *The Veterinary Journal*, 165(3): 296–301.

Phillips, C. (2009). Empathy Towards Animals. In Phillips, C. *The Welfare of Animals. The Silent Majority*. (pp.47–54). Springer Science Bussiness Media B.V.

Podberscek, A.L. (2006). Positive and negative aspects of our relationship with companion animals. *Veterinary Research Communications*, 30(S1):21–27.

Pop, D., Rusu, A.S., & Mireșan, V. (2016). The development of a canine Para-Agility program: Positive affects in children with autism and in therapy dogs. *Bulletin of University of Agricultural Sciences and Veterinary Medicine Cluj-Napoca Animal Science and Biotechnologies.* AcademicPres (EAP) Publishing House. 73(1).

Prothmann, A., Bienert, M., & Ettrich, C. (2006). Dogs in child psychotherapy: Effects on state of mind. *Anthrozoos: A Multidisciplinary Journal of The Interactions of People & Animals*, 19(3):265–277.

Rochberg-Halton, E. (1985). Life in the Treehouse: Pet therapy as family metaphor and self-dialogue. Marriage & Family Review, 8 (3–4):175–189.

Rusu A.S. (2008). Interacțiunea Om–Animal: Elemente de etologie aplicată și terapie asistată de animale. Presa Universitară Clujeană. ISBN 978-973-610-838-9. 150 pagini.

Rusu, A.S., & Mihalache, T. (2013). Empatia față de animale și oameni – analiză din perspectivă terapeutică și educațională. Volum colectiv al Simpozionului Aniversar Școala Specială Transilvania Baciu, ediția XVI, 1–6.

Rusu, A.S. (2017). Constructing healthy experiences through human-animal interactions for autistic children and their families: Implications for research and education. In *Autism – Paradigms and Clinical Applications*. Ed. Janne Yip, InTech Publisher, ISBN 978-953-51-5013-8.

Serpell, J.A. (1996). In the Company of Animals: A Study of Human-Animal Relationships (Canto Ed.). Cambridge, England: Cambridge University Press.

Serpell, J.A., Mccune, S., Gee, N.R., & Griffin, J.A. (2017). Current challenges to research on animal-assisted interventions. *Applied Developmental Science*, 3:223–233.

Wilson, E.O. (1984). *Biophilia.* Cambridge, MA: Harvard University Press.

Wilson, E.O., & Kellert, S.R. (1984). *The Biophilia Hypothesis*. Washington, DC: Island Press.

# 2. Formarea și dinamica atașamentului față de animale de companie. Evaluarea atașamentului față de animale și implicații pentru terapii asistate de animale

***Carmen-Costea Bărluțiu****

*„Un animal de companie este o insulă de sănătate în ceea ce pare să fie o lume nebună. Prietenia păstrează valorile tradiționale și securitatea în relația cu un animal de companie. Fie că este un câine, o pisică, pasăre, pește, broască țestoasă sau altul, persoana se poate baza pe faptul că animalul va rămâne mereu prieten credincios, intim, non-competitiv – indiferent dacă viața aduce lucruri bune sau ghinioane."* (Levinson, 1962, după Zilcha-Mano, 2011)

## 2.1. Introducere

Rolul animalelor de companie în viețile oamenilor și a familiilor acestora, la diferite vârste și în diferite etape de viață, a fost documentat ca fiind unul pozitiv în ceea ce privește starea de bine, sănătatea fizică și psihică. O perioadă de timp cercetările au fost axate pe investigarea impactului prezenței animalului de companie asupra stăpânilor și familiilor, în timp ce în perioada mai recentă se pune tot mai mare accent pe relația dintre om și animalul de companie și efectul acesteia asupra celor implicați.

Teoria atașamentului (TA) constituie cadrul teoretic cel mai des utilizat în cercetările asupra dezvoltării emoționale și relațiilor interpersonale în ultimele decade (Shaver și Mikulincer, 2005, după Wang și

* Departamentul de Psihopedagogie Specială, Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației, Universitatea Babeș-Bolyai

Scalise, 2009). Conform lui Mikulincer și Shaver (2007), TA este o teorie multifațetată a structurii, funcționării și dezvoltării personalității, o teorie a comportamentului interpersonal, a legăturilor emoționale și relațiilor apropiate. De asemenea, TA aduce argumente bazate pe dovezi empirice pentru modul în care relațiile apropiate susțin reglarea emoțională, sănătatea mentală și starea de bine, precum și dezvoltarea psihică în copilărie și la vârsta adultă (Bowlby, 1973, 1980, 1982, după Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2012). Premisa fundamentală a TA este că „oamenii, similar multor specii de animale, prezintă predispoziția biologică de a căuta și menține contact fizic și legături emoționale cu figuri semnificative, pe care ulterior se pot baza pentru a obține protecția fizică și psihologică" (Sable, 2013, p. 94).

În aceeași linie de idei cu TA, teoria autodeterminării („self-determination theory", Deci și Ryan, 2000, Ryan și Deci, 2003) descrie trei nevoi fundamentale ale ființei umane, cu rol în formarea identității și obținerea stării de bine în plan intrapsihic și interpersonal: autonomia, competența și apartenența. Teoria nevoii de apartenență („*need to belong theory*", Baumeister și Leary, 1995) susține ideea conform căreia ființa umană este programată genetic să stabilească relații sociale pentru a obține siguranță și predictibilitate existențială (Cromer și Barlow, 2013, Stenseng, 2013). Dacă în trecut, psihologia și-a propus decelarea factorilor și condițiilor care declanșează și mențin psihopatologia, în vederea identificării celor mai adecvate modalități de tratament, în perioada recentă, în particular după anii '90, odată cu expansiunea domeniului psihologiei pozitive, în centrul preocupărilor psihologilor a ajuns să fie fericirea, sănătatea, satisfacția față de viață, respectiv starea de bine a ființei umane.

## 2.2.Teoria atașamentului: prezentare generală

Inițial, conceptul de atașament a fost utilizat pentru descrierea relațiilor dintre copil și îngrijitorul primar (Ainsworth et al., 1978), care satisface nevoile acestuia de contact, apropiere și siguranță (Bowlby,

1969, după Brown, Hawkins Rogers și Kapadia, 2008), însă Bowlby (1982) a considerat că TA este relevantă și pentru alte relații semnificative pe care persoana le stabilește de-a lungul vieții.

*Figura de atașament* reprezintă, în TA, o persoană familiară, specială, spre care individul se îndreaptă atunci când are nevoie de protecție și sprijin (Mikulincer și Shaver, 2007) și pe care acesta se poate baza că este în permanență disponibilă.

În timp ce comportamentul de atașament reprezintă acțiunea care stimulează obținerea proximității față de figura de atașament, iar sistemul comportamental al atașamentului presupune organizarea comportamentelor de atașament ale persoanei, „*legătura atașamentului*" („*attachment bond*") constituie o relație afectivă, forma cristalizată a relației de atașament, care implică utilizarea altei persoane ca „mai puternică și mai înțeleaptă" („*stronger and wiser*", Bowlby, 1969/1982, după Mikulincer și Shaver, 2007) în scopul obținerii confortului și relaxării în situații stresante sau periculoase, amenințătoare. Conform lui Ainsworth (Cassidy, 2008), legătura atașamentului este o caracteristică a persoanei, care include reprezentări interne organizate ale experiențelor în relații semnificative, este o legătură durabilă, în care partenerul este unic și nu poate fi înlocuit (Marvin și Britner, 2008). În comparație cu comportamentele de atașament, care sunt situaționale, legătura de atașament este persistentă în timp, independent de comportamentele de atașament. Pe de altă parte, relația de atașament este cea care susține explorarea mediului proximal și distal, prin reglarea experienței securității în situații noi, care reprezintă provocări pentru persoană (Vaughn, Bost și van IJzendoorn, 2008).

Legătura atașamentului este conceptualizată ca tip specific care aparține unei clase mai largi de legături denumite de Bowlby și Ainsworth „legături afective". Pe parcursul vieții, persoanele își formează o serie de legături afective, care nu sunt încadrate în categoria atașamentelor. Brown, Hawkins Rogers și Kapadia (2008) enumeră caracteristicile legăturilor afective: (1) persistența în timp, (2) implicarea unei alte persoane speciale, (3) semnificația emoțională, (4) dorința de contact

sau proximitate cu persoana față de care se formează legătura de acest tip, precum și (5) disconfortul față de separarea involuntară de persoana în cauză și specifică faptul că legătura atașamentului are în plus încă o caracteristică, respectiv (6) persoana caută siguranță și confort în relația cu cealaltă persoană. Astfel, cercetătorii din domeniul atașamentului utilizează conceptele de „legături ale părintelui" cu copilul și „atașamente ale copilului" față de părinți.

Bowlby (Shaver și Fraley, 2008) a observat faptul că puii multor specii au nevoie de protecție și îngrijire din partea adulților pentru a supraviețui. Pentru a obține această protecție, puii s-au adaptat fizic (trăsături faciale, expresii emoționale) și comportamental (plâns, întindere spre adult) pentru scopul de atragere și menținere a atenției indivizilor care le ofereau grijă. Sistemul de atașament este un sistem motivațional care se adaugă la aceste adaptări bazale, care din punct de vedere al comportamentelor specifice îndeplinește câteva criterii:

1) În cadrul explorării și în momentul experimentării sentimentului de pericol, comportamentele de atașament se manifestă ca reglare și menținere a proximității și contactului dintre copilul mic și îngrijitorul său primar (Shaver și Fraley, 2008), comportamente cantitativ diferite de cele realizate spre alți indivizi (Topal și Gacsi, 2012).

   Conform teoriei lui Bowlby, comportamentele de atașament au ca scop creșterea proximității dintre copil și figura de atașament, de regulă mama, acestea fiind fie de tipul semnalizării (zâmbetul, vocalizarea), care demonstrează dorința copilului de interacțiune și deci de apropiere, fie de tipul comportamentelor adversive (plânsul), având semnificația de a aduce mama la copil pentru a stopa aceste comportamente. Un alt tip de comportamente sunt cele active (apropierea și urmărirea), prin care copilul este cel care se mișcă spre mamă pentru a crește apropierea (Cassidy, 2008).

   Din punct de vedere al evoluției speciei umane, Bowlby a considerat că creșterea proximității dintre copil și mamă și, prin urmare, creșterea protecției copilului, determinate de atașament, favorizează

supraviețuirea individului și valoarea sa reproductivă ulterioară, în sensul creșterii șanselor de a ajunge la maturitate și de formare a cuplurilor (van IJzendoorn, Bakermans-Kranenburg, 2004). Proximitatea față de părinte are ca efecte pentru copil hrănirea, cunoașterea mediului, interacțiunea socială. Datorită funcției de protecție, copiii prezintă predispoziția de a căuta părinții în momente stresante. Astfel, atașamentul este o caracteristică normală, sănătoasă a ființei umane pe parcursul vieții și nu un semn al imaturității (Cassidy, 2008) care se estompează pe parcursul dezvoltării.

2) În absența figurii de atașament individul manifestă anxietate de separare ca răspuns la stresori de mediu (Topal și Gacsi, 2012).
3) După o perioadă de separare de figura de atașament, individul demonstrează schimbări specifice la nivel comportamental în momentul reunirii cu aceasta, respectiv relaxare (Topal și Gacsi, 2012).

Una dintre ideile centrale pentru sistemul comportamental al atașamentului este aceea conform căreia *diferite comportamente de atașament sunt organizate* la o persoană, ca răspuns la un anumit istoric cu stimuli interni și externi, respectiv o serie de comportamente diferite prezintă aceeași semnificație și au funcții similare (Cassidy, 2008). Spre exemplu, căutarea proximității de către copil atunci când încă abilitățile motorii nu sunt dezvoltate se realizează prin plâns și întinderea brațelor spre mamă, în timp ce copilul care a achiziționat mersul va pleca în căutarea acesteia. Comportamentele pe care copilul alege să le adopte sunt cele pe care în momentul respectiv le consideră cele mai utile, iar în timp, pe măsura dezvoltării abilităților motorii, copilul învață care comportamente sunt mai eficiente în diferite circumstanțe.

Sistemul comportamental al atașamentului *operează într-o modalitate „adaptată scopului"* („goal-corrected"), respectiv permite copilului să-și flexibilizeze maniera de răspuns la schimbările din mediu în timpul tentativei de atingere a unui scop. Astfel, copilul poate ține cont de schimbările care apar în poziția și comportamentul matern, precum și de alte modificări din mediu, atunci când încearcă să mențină proximi-

tatea față de mamă și își poate modifica propriul comportament pentru a realiza cea mai eficientă secvență de acțiune. Adaptarea flexibilă a comportamentelor de atașament la scop necesită cel puțin trei operații cognitive:

1. procesarea informațiilor despre relația persoană – mediu, care implică monitorizarea și evaluarea evenimentelor amenințătoare și a stării interne proprii;
2. monitorizarea și evaluarea răspunsurilor figurii de atașament la tentativele de căutare a proximității persoanei;
3. monitorizarea și evaluarea utilității comportamentelor adoptate în contextul dat, astfel încât adaptarea eficientă a acestora poate fi realizată în acord cu constrângerile contextuale (Mikulincer și Shaver, 2007).

Organizarea comportamentelor de atașament implică, în opinia lui Bowlby, *perspectiva sistemelor de control*, respectiv sistemul atașamentului se activează atunci când separarea devine prea accentuată în timp și spațiu. Un anumit nivel de activare este menținut permanent, acesta fiind mai crescut sau mai scăzut în funcție de nivelul proximității. Scopul copilului nu este obiectul (respectiv figura de atașament), ci mai degrabă starea, menținerea distanței dorite în funcție de circumstanțe. Această homeostazie comportamentală este similară, în opinia lui Bowlby (Cassidy, 2008), cu procesele homeostatice fiziologice, respectiv menținerea parametrilor fiziologici, precum tensiunea sau temperatura corpului, în anumite limite. Diferența rezidă în faptul că sistemul de control comportamental se raportează la caracteristicile mediului și limitele sunt menținute prin modalități comportamentale, nu fiziologice, iar ambele sisteme de control sunt controlate de către sistemul nervos.

Căutarea proximității de către copil față de părinte variază în funcție de:

- *Context* – două categorii de condiții care indică stres sau pericol determină activarea sistemului de atașament. Prima condiție se

referă la starea copilului, respectiv boala, oboseala, durerea, senzația de foame, iar cea de-a doua la condiții de mediu, respectiv prezența unor stimuli amenințători. Rol important dețin locația și comportamentul mamei (absența, retragerea sau respingerea copilului), iar terminarea comportamentelor de căutare a proximității se realizează în condițiile existenței unui stimul adecvat. Acesta diferă în funcție de intensitatea activării comportamentului de atașament. În condițiile unei activări intense, cel mai adesea este necesar contactul, în condițiile în care activarea este moderată, un ton al vocii liniștitor poate fi suficient. Copilul utilizează mama ca „adăpost sigur" („safe heaven"), la care se întoarce atunci când are un disconfort (Cassidy, 2008).

- *Emoții* – răspunsurile afective specifice relației de atașament (anxietate față de amenințarea pierderii, durere față de pierderea unei figuri de atașament, furie față de ambele situații, bucurie față de menținerea legăturii) au sursa în constrângerile evoluției. Experimentarea emoțiilor pozitive față de atașament și a celor negative față de pierdere are rol de menținere a atașamentelor copilului și, ulterior, de creștere a eficienței sale reproductive. Emoțiile sunt, de asemenea, mecanisme reglatorii importante în cadrul relației de atașament (Cassidy, 2008).
- *Cogniții* – organizarea sistemului de comportament al atașamentului presupune componente cognitive, respectiv reprezentări mentale ale figurii de atașament, sinelui, mediului, acestea fiind bazate pe experiență. Aceste reprezentări au fost denumite de Bowlby „modele reprezentaționale" („representational models") și „modele de lucru interne" („internal working models"). Acestea permit persoanei să anticipeze viitorul, să-și facă planuri referitoare spre exemplu la care dintre comportamentele de atașament să le utilizeze într-o anumită situație, cu o anumită persoană. Modelele reprezentaționale funcționează cel mai bine atunci când sunt reflecții relativ acurate ale realității. Diferite procese conștiente sunt necesare pentru veri-

ficarea și revizuirea modelelor cu scopul actualizării acestora. Alte procese cognitive ale copilului, ca permanența obiectului, învățarea discriminării, generalizarea, procesările inconștiente, atenția și memoria selective, biasările interpretative au rol important în cadrul atașamentului (Cassidy, 2008), așa cum este acesta conceptualizat de Bowlby.

- *Diferențe individuale* – ființa umană prezintă, pe lângă tendința de a forma atașamente, abilitatea de a fi flexibilă la calitățile îngrijirii oferite de mediu. Aceasta din urmă contribuie la variațiile individuale care există în calitatea atașamentelor. Astfel, deși toți copiii formează relații de atașament (chiar și în condițiile existenței abuzului), nu toți copiii dezvoltă relații de atașament sigure. Copilul cu atașament sigur posedă reprezentări mentale ale unei figuri de atașament disponibile și responsive la nevoile sale, în timp ce celor care au atașament insecurizant le lipsește o astfel de reprezentare. Bowlby a observat că, așa cum hrănirea copilului nu determină apariția atașamentului, la fel diferențele în cadrul acesteia (hrănirea la sân sau artificială) nu constituie un predictor pentru securitatea în cadrul atașamentului. În schimb, ceea ce constituie un factor important în acest sens este măsura în care mama a permis sau respins apropierea fizică, comportamentele de urmărire și toate comportamentele asociate acestora (Cassidy, 2008).

Evaluarea cognitivă a disponibilității și sensibilității figurii de atașament realizate de individ reglează comportamentele de atașament și menținerea relației. Astfel, încrederea în disponibilitatea îngrijitorului, bazată pe accesibilitatea fizică, responsivitatea, comunicarea deschisă cu acesta, determină sentimentul siguranței (Kobak și Madsen, 2008, van IJzendoorn, Bakermans-Kranenburg, 2004). Un scenariu al bazei sigure („secure-base script", Mikulincer și Shaver, 2007) îndreptățește copilul să utilizeze comportamente de căutare a proximității ca strategie eficientă de reglare emoțională.

### 2.2.1. Dinamica sistemelor comportamentale ale atașamentului

După Bowlby, comportamentele de atașament sunt organizate într-un sistem comportamental al atașamentului („attachment behavioral system", Mikulincer și Shaver, 2007). Conceptul de sistem comportamental este preluat din etologie și descrie sistemul de comportamente specifice unei specii, care conduce la anumite rezultate predictibile dintre care cel puțin unul contribuie la potrivirea reproductivă și care implică motivația intrinsecă. Sistemul comportamental este activat de anumiți stimuli și dezactivat de alții, care semnalizează atingerea scopului dorit (Mikulincer și Shaver, 2007). Sistemele comportamentale ale atașamentului sunt universale speciilor, deși există diferențe uneori subtile între diferiți indivizi și între diferite populații (Marvin și Britner, 2008).

Conform autorilor citați, sistemul comportamental, așa cum este acesta conceptualizat în studii etologice, cu aplicare la sistemul comportamental al atașamentului, are șase componente sau aspecte:

1. funcția biologică de creștere a șansei de supraviețuire și succesul reproductiv;
2. stimulii activatori;
3. setul de comportamente echivalente din punct de vedere funcțional, care constituie strategia primară de atingere a scopului;
4. un scop specific, care determină stoparea activării sistemului;
5. procesele cognitive implicate în activarea și ghidarea funcționării sistemului;
6. legături neuronale cu alte sisteme comportamentale (Mikulincer și Shaver, 2007).

Sistemul comportamental al atașamentului este diferit de *sistemul de socializare sau de afiliere*, care nu este direcționat spre o figură anumită, ci reprezintă tendința de căutare și menținere a proximității altor ființe umane de către copil. Studiile realizate au determinat faptul că sistemul de socializare tinde să se activeze atunci când sistemul de atașament nu este activat, respectiv copilul caută proximitatea și alinarea

figurii de atașament atunci când este obosit, îi este foame sau are un disconfort, respectiv caută proximitatea copiilor din grupul de vârstă atunci când are bună dispoziție și atunci când știe cu siguranță unde se află figura de atașament (Cassidy, 2008).

Sistemul comportamental al atașamentului se află în strânsă legătură cu alte sisteme comportamentale cu bază biologică, dintre care cele mai importante sunt sistemul de explorare și sistemul de frică. În condițiile activării primului sistem, activarea atașamentului este redusă, în timp ce activarea celui de-al doilea sistem semnifică activarea sistemului comportamental al atașamentului.

*Sistemul de explorare* oferă copilului, în opinia lui Bowlby, avantaje pentru supraviețuire, oferindu-i posibilitatea de a obține informații despre funcționarea mediului: utilizarea uneltelor, construirea unor structuri, obținerea hranei, negocierea obstacolelor fizice. Natura complementară a sistemelor de explorare (cu funcție de învățare) și de atașament (cu funcție de protecție) oferă mecanismul potrivit pentru asigurarea cunoașterii treptate a mediului prin menținerea totodată a proximității față de figura de atașament (Kobak și Madsen, 2008). Cele două sisteme se află într-un echilibru dinamic, care explică dezvoltarea și supraviețuirea copilului. Astfel, copilul utilizează figura de atașament ca bază sigură de la care poate începe explorarea, concept care este unul central în teoria atașamentului și a fost descris inițial de către Ainsworth (Cassidy, 2008). Autoarea a descris „balanța atașament – explorare", respectiv copilul demonstrează flexibilitate în a răspunde la o anumită situație în urma evaluării atât a caracteristicilor situației, cât și a disponibilității și comportamentului posibil al îngrijitorului. Termenul similar utilizat de teoria psihanalitică (Mahler, 1968, citată de Kogan, 2001) pentru a descrie modul în care se produce creșterea eului în relația de obiect cu mama este cel de utilizare a mamei de către copil ca pe „un far de orientare în lumea realității" (p. 71). Astfel, în condițiile în care mediul este periculos sau sistemul de atașament este activat, explorarea este puțin probabilă și invers, dacă sistemul de atașament nu este activat, explorarea este eficientă. Atașamentul are rol de stimulare a explorării

în special în condițiile în care îngrijitorul este nu doar prezent, ci și disponibil.

*Sistemul de frică* servește funcției biologice de protecție, deoarece este adaptativ pentru copii să fie speriați de anumiți stimuli. Bowlby descrie anumiți stimuli care reprezintă „indicii naturale asupra pericolului" (Cassidy, 2008), respectiv stimuli care nu sunt periculoși în sine, însă cresc probabilitatea apariției unui pericol: întunericul, sunetele puternice, singurătatea, apariția neașteptată, înălțimea, necunoscutul situației, persoanelor (Kobak și Madsen, 2008). Atunci când copilul este speriat, se activează comportamente de atașament și, deci, căutarea protecției. Comportamentele de frică și căutare a proximității sunt produse de regulă de aceleași asocieri de circumstanțe. Prezența sau absența figurii de atașament deține rol important în declanșarea sistemului de frică, respectiv în condițiile în care figura de atașament este disponibilă și accesibilă copilul este mai puțin susceptibil la teamă. Fotografiile mamei, „pătura care oferă siguranță" („security blanket") pot liniști copilul atunci când îi este teamă. În condițiile în care figura de atașament nu este disponibilă, copilul este pus în fața unei situații generatoare de frică din două perspective: cea a stimulului periculos (care generează frica) și cea a absenței protecției (care generează anxietate).

Prin intermediul procedurii Situației străine, în cadrul căreia sistemul de atașament este activat în laborator, se pot evidenția legăturile care există între sistemele comportamentale de atașament, explorare și frică. Procedura demonstrează faptul că, pe măsură ce sistemul de atașament devine mai puternic activat, sistemul de explorare se dezactivează din ce în ce mai mult (Kobak și Madsen, 2008). Teoria atașamentului susține că, în dezvoltarea tipică, operarea sistemelor comportamentale este afectată, pe lângă evenimente de mediu și organismice, de echilibrul complex, dinamic, dintre ele, care are ca rezultat predictibil asigurarea dezvoltării strategiilor complexe de coping, în cadrul protectiv al legăturii cu figura de atașament (Marvin și Britner, 2008). Astfel, atunci când sistemele de atașament și frică sunt minim activate, sistemul de explorare, comportamentele sociale pot fi activate cu ușurință, în timp

ce activarea sistemului de frică determină terminarea activării sistemului de explorare și activarea sistemului de atașament. Proximitatea față de figura de atașament produce diminuarea activării sistemelor de atașament și frică, ceea ce poate reactiva sistemele de explorare și socializare (Marvin și Britner, 2008) și în aceasta constă modul în care mama funcționează pentru copil ca bază sigură pentru explorare, așa cum a văzut-o Mary Ainsworth. Prin facilitatea apropierii de alte persoane și dobândirea securității experimentate, care stimulează activarea altor sisteme comportamentale orientate spre apropiere, sistemul de atașament poate fi considerat un sistem de susținere, de activare comportamentală, care facilitează achiziția unor abilități, dezvoltarea personală și autoactualizarea.

## 2.3. Particularități ale atașamentului față de animalul de companie

Deținerea unui animal de companie nu reprezintă condiție esențială pentru securitatea fizică și supraviețuire în prezent, în mediul de viață al ființei umane, însă există o serie de beneficii ale interacțiunii om–animal și deținerii unui animal de companie, care sunt documentate în literatura de specialitate. Deși numărul de studii pe tema beneficiilor animalelor de companie asupra sănătății fizice și psihice a deținătorilor a cunoscut o continuă creștere în perioada recentă (Cromer și Barlow, 2013), adeseori nu este clarificată diferența dintre atașamentul și atitudinea față de acestea.

### 2.3.1. Specificul legăturii de atașament dintre om și animalul de companie

În contextul teoriei atașamentului, deși inițial relațiile semnificative au fost considerate cele cu figuri primare (părinți, în cazul copiilor, respectiv parteneri romantici în cazul adulților), tot mai multe studii au fost realizate luând în calcul caracteristici ale atașamentelor în raport cu alte figuri de atașament în relații interpersonale (ex., terapeuți, leaderi,

figuri simbolice, Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2012). O serie de autori au căutat răspunsul la întrebarea dacă legătura de atașament poate fi stabilită și cu animale de companie, respectiv măsura în care animalele de companie pot deveni figuri de atașament care contribuie la reducerea distresului emoțional în momente dificile și pot asigura baza de siguranță care facilitează explorarea (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2012). Funcțiile complexe ale relațiilor de atașament, precum și dinamica complexă a comportamentelor de atașament în atașamentul interpersonal sunt dificil de replicat în relația om–animal, însă este interesant de investigat măsura în care acesta din urmă poate deveni figură de atașament în ierarhia atașamentelor persoanei și poate îndeplini funcții specifice unei relații de atașament, conform principiilor descrise.

Principiile teoriei atașamentului, enumerate de Mikulincer și Shaver (2007) sunt normative, interrelaționate și fundamentale pentru înțelegerea proceselor de atașament. Autorii citați enumeră următoarele principii:

1) Căutarea proximității și sprijinului are funcție adaptativă, reglatorie, persoana preferă apropierea în raport cu figura de atașament și caută această apropiere în momente percepute ca dificile.
2) Relațiile cu parteneri disponibili și responsivi au efecte benefice asupra stării emoționale, imaginii de sine, comportamentului în relații apropiate și angajării în activități orientate spre dezvoltare personală.
3) Lipsa temporară sau permanentă a disponibilității sau pierderea figurii de atașament provoacă distres intens și necesitatea implicării mecanismelor de coping.

Relația de atașament diferă de alte tipuri de relații semnificative prin câteva caracteristici. Astfel, (1) figura de atașament este necesar să fie accesibilă, iar în copilărie inclusiv fizic prezentă, menținerea proximității față de figurile de atașament fiind caracteristică esențială a unei astfel de relații, (2) figura de atașament asigură adăpostul de siguranță („safe heaven") de care persoana are nevoie în momente stre-

sante, periculoase sau dificile, contribuind la reducerea distresului resimțit, creșterea confortului emoțional și restabilirea echilibrului emoțional (Sable, 2013), respectiv (3) figura de atașament oferă baza dătătoare de siguranță („secure base") de la care persoana poate începe explorarea, asumarea unor riscuri, ceea ce contribuie la atingerea scopurilor și creșterea, dezvoltarea personală. (4) Lipsa disponibilității figurii de atașament, fie temporară, fie definitivă, determină distres față de separare (Ainsworth, 1991, citată de Topal și Gacsi, 2012).

În această ordine de idei, a fost identificat un *număr semnificativ de argumente în favoarea ideii că animalul de companie poate deveni figură de atașament* pentru posesorul acestuia. Prin faptul că animalul de companie manifestă disponibilitate, responsivitate față de nevoile stăpânilor, activism, mobilitate, afecțiune naturale, acesta poate reprezenta obiect natural de atașament (Sable, 2013). De asemenea, apropierea emoțională, dublată de plăcerea companiei și căutarea acestora sunt adeseori prezente în relația dintre om și animalul de companie. Acesta din urmă reprezintă sursă de iubire necondiționată, acceptare, loialitate, ceea ce asigură suportul emoțional la nevoie (Laktos și Miklosi, 2012), în timp ce pierderea animalului de companie produce manifestări specifice unui proces de doliu. Atingerea fizică este foarte importantă în relația om–câine și aduce beneficii fiziologice și psihologice care depind de relația dintre cei doi (Laktos și Miklosi, 2012).

Proximitatea fizică sau activarea cognitivă a imaginii animalului de companie reprezintă sursă de liniște și suport pentru stăpân și contribuie la ameliorarea distresului (Kurdek, 2009; Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2012, Sable, 2013). Animalul de companie a fost considerat facilitator al tranziției de la o etapă de viață la alta, atât în copilărie, cât și la vârsta adultă (Albert și Bulcroft, 1988), atât de-a lungul ciclurilor vieții, cât și în situația unor crize para-normative, cum sunt divorțul sau pierderea (Sable, 1995). Kurdek (2009) a constatat că animalul de companie reprezintă figură de atașament care ocupă un loc important în ierarhia atașamentelor stăpânilor, comparabil cu membrii ai familiei. Mai mult, acei stăpâni aflați la etapa vârstei adulte tinere care au perceput

câinele ca figură care împlinește nevoia de apartenență, prin comparație cu cei care nu au perceput câinele ca figură care împlinește nevoia de apartenență, au prezentat tendința de a prefera câinii în raport cu tații, frații, surorile, de a evalua nivelul de atașament față de câine la un nivel similar cu cel față de prieteni și parteneri de viață și tendința de a prefera mamele în locul câinelui.

McConnell et al. (2011) au arătat că, prin comparație cu persoanele care nu dețin animale de companie, cele care dețin au scoruri mai ridicate la nivelul stării de bine, în special în cazul în care animalul de companie îndeplinește nevoi sociale pentru stăpân. Sable (2013) consideră că animalul de companie îndeplinește pentru stăpân funcția de adăpost sigur, iar în plus reprezintă un element constant în ecuația vieții, într-o lume aflată în continuă schimbare. În plus, Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver (2012) au arătat că, deși animalul de companie reprezintă zona de siguranță pentru stăpân în momente stresante, securitatea atașamentului moderează efectul de „adăpost sigur" al animalului de companie pentru stăpân.

În cazul copiilor, dat fiind că aceștia petrec perioade lungi de timp în compania câinilor familiei, Jalongo (2015) consideră că aceștia pot forma o relație de atașament cu câinele, iar interesul copilului față de câine poate deveni un mod de a-i crește motivația de învățare. De-a lungul practicii proprii în domeniul psihoterapiei, autoarea capitolului a întâlnit cazuri ale unor copii și adulți care descriau caracteristici ale relației cu animale care arătau funcția acestora de figuri de atașament. Un caz compozit relevant în acest sens este decris în caseta de mai jos.

**Caseta 1.** ***Vignetă de caz***

T. are vârsta de 12 ani, gen feminin și a primit recent diagnosticul psihiatric de anxietate generalizată. Copilul descrie simptomele cu care se confruntă ca fiind deranjante, cu interferențe în planul adaptării școlare, a relațiilor interpersonale, a independenței sale. La întrebarea „De fapt, de ce îți este teamă?", răspunde: „Mie mi-e teamă de tot."

În istoricul personal, printre evenimentele semnificative și marcante din diferite perioade de viață se notează mutarea domiciliului la 5 ani, dublată de nașterea surorii în aproximativ aceeași perioadă. La vârsta de 11 ani, calul cu care interacționa frecvent decedează, ceea ce îi accentuează fricile față de pierderea posibilă a persoanelor semnificative din jur și are efect de creștere a anxietății de separare în raport cu membri ai familiei și a protecției exagerate față de soră.

Relațiile din familie sunt evaluate și descrise ca fiind foarte bune, se simte protejată de tată, deși ar prefera să petreacă mai mult timp împreună, față de mamă se simte apropiată, dar descrie bariere în comunicarea cu aceasta.

În general, pe planul funcționării psihosociale, are un nivel ridicat al performanțelor cognitive, așa cum reiese din activitatea școlară, însă competențe socio-emoționale scăzute. Are puțini prieteni, simte că ceilalți copii râd de ea și nu doresc să fie în preajma ei.

Descrie plăcerea de a fi în compania animalelor. Acasă are pisici și găini și îi place foarte mult să le îngrijească, deși are temerea că acestea ar putea muri. În proximitatea casei, la vecini, are un cal cu care găsește zilnic ocazia de a intra în interacțiune. Relația cu calul o descrie astfel:

T.: „Atunci când sunt cu el mă simt mult mai bine, nu îmi mai e frică de nimic." (se luminează la față).

Adult: „Ce mesaj îți transmite calul?"

T.: „Atunci când privesc în ochii lui, el îmi spune: Este totul în regulă, ești în siguranță, nimic rău nu ți se poate întâmpla."

În urma evaluării, s-a recomandat intervenție psihoterapeutică pentru creșterea competențelor socio-emoționale, prelucrarea pierderilor, reducerea simptomatologiei anxioase, îmbunătățirea comunicării cu familia și în paralel facilitarea de către familie a interacțiunilor cu animale, în special cai.

Animalul de companie poate fi considerat *bază dătătoare de siguranță* de la care posesorul poate explora cu mai mare încredere lumea (Kurdek, 2009), fapt care a fost dovedit și în cercetări experimentale care au relaționat priming-ul pentru animalul de companie cu autoeficacitatea stăpânului în sarcini cognitive, respectiv în cercetări care au vizat influența prezenței animalului de companie asupra explorării

scopurilor și planurilor stăpânului și a măsurii în care acesta resimte încredere în îndeplinirea lor. Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver (2012) au relevat faptul că rolul de bază dătătoare de siguranță este mai evident în cazul stăpânilor care prezentau atașament securizant în raport cu animalul de companie.

Prin urmare, relația om–animal de companie prezintă toate caracteristicile unei relații de atașament și este o relație dinamică, bazată pe reciprocitate în oferirea îngrijirii, în care fiecare influențează starea psihică și fiziologică a celuilalt. Cercetări recente (citate de Sable, 2013) au arătat că simpla privire a unui câine, mângâierea sau vorbirea cu un câine pot produce oxitocină, hormonul specific relațiilor de atașament interpersonale, care are ca efect reducerea nivelului de distres, a fricii și creșterea imunității. În mod similar, nivelul oxitocinei a crescut și tensiunea sanguină a scăzut la câini la contactul cu o figură umană. De asemenea, au fost identificate comportamente de atașament (căutarea proximității, tentative de împiedicare a separării), precum și strategii specifice atașamentului anxios, respectiv evitativ la animal în raport cu stăpânul (Sable, 2013). Aceste date arată că în relația de atașament om–animal de companie există reciprocitate în căutarea și oferirea grijii și protecției.

În paralel, o serie de *critici* au fost formulate pentru ideea că animalul de companie ar putea deveni figură de atașament pentru posesorul acestuia. În primul rând, figura de atașament a fost considerată de Bowlby (1982) „mai puternică și mai înțeleaptă", în sensul de oferire a unor sfaturi pentru persoană, respectiv a posibilității de comunicare referitoare la îngrijorări, anxietăți („safe heaven"), ceea ce animalul de companie nu poate oferi. De asemenea, în cazul atașamentelor romantice dintre adulți componenta sexuală este prezentă, ceea ce evident nu apare în raport cu animalul de companie (Kurdek, 2009).

Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver (2012) consideră că alte caracteristici ale relației om–animal de companie, precum căldura, disponibilitatea, contribuie la încurajarea iubirii, acceptării și sprijinului resimțite de stăpân din partea animalului de companie. Astfel, faptul că

acesta nu reprezintă figură mai puternică și mai înțeleaptă nu împiedică formarea unei relații de iubire necondiționată, caracterizată prin stabilitate, căldură, loialitate, autenticitate și lipsa de judecare.

### 2.3.2. Atașamentul față de animalul de companie și atașamentul interpersonal

Diferiți autori au tratat problematica asocierii dintre atașamentul față de animalul de companie și atașamentul interpersonal. Astfel, Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver (2011) au identificat corelația moderată dintre relația de atașament om–animal de companie și relații de atașament interpersonale, insecuritatea în una dintre acestea fiind relaționată cu insecuritatea la nivelul celeilalte. Beck și Madresh (2008) au obținut rezultate similare pe un lot de participanți studenți, ceea ce a condus la ideea formulată de autori că structura relațiilor cu animalele de companie este similară cu cea a relațiilor interpersonale. Autorii au identificat nivele mai scăzute ale insecurității în relația cu animalul de companie, prin comparație cu relațiile interpersonale, precum și un număr mai ridicat de caracteristici pozitive în relația cu animalul de companie. Rezultatele obținute au fost explicate de către autori pe baza ideii că animalele de companie, deși nu reprezintă substitute pentru interacțiunile interpersonale, dețin un rol specific în viața oamenilor, asigurând sentimentul consistent, relativ controlabil, al securității în relație. Prin urmare, în ceea ce privește relația de atașament cu animalul de companie și relațiile de atașament interpersonale, diferiți autori pledează pentru ideea de potrivire, similaritate, nu compensare.

Astfel, deși relația cu animalul de companie poate funcționa similar relațiilor de atașament interpersonal, pot apărea și diferențe la nivel de securitate a atașamentului între cele două. Prin urmare, modelele de lucru interne sunt, se pare, specifice relației particulare și sunt organizate ierarhic (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2012).

Peabody (1997, citat de Quinn, 2005) a identificat nivele mai ridicate ale atașamentului față de animale de companie la adulții cu atașament de tip temător în relații interumane.

Cu toate acestea, în situații particulare, animalul de companie a fost identificat ca substitut al unei persoane, în special la persoane vârstnice, cu suport social scăzut, ca substitut pentru prieteni și la persoane adulte fără copii ca substitut pentru copil (Bagley și Gonsman, 2005). Cu toate acestea, suportul oferit de animalul de companie nu poate suplini lipsa interacțiunilor interumane și suportul social. Astfel, Peacock, Chur-Hansen și Winefield (2012) au arătat că, la persoanele cu suport social scăzut, care trăiesc singure, atașamentul față de animalul de companie reprezintă predictor pentru scoruri ridicate de singurătate și depresie. Mai mult, acestea prezintă tendința de antropomorfizare a animalului de companie.

Aceste rezultate i-au determinat pe autori să conchidă că animalul de companie este, de regulă, companion, nu suport social (Peacock, Chur-Hansen și Winefield, 2012). Acesta oferă recompense interne: recreere, relaxare, spontaneitate necenzurată, care contribuie la calitatea vieții persoanei și la susținerea sănătății mentale prin reducerea singurătății și depresiei, a nivelului de distres, a anxietății, creșterea sentimentului valorii personale și a stimei de sine, creșterea suportului emoțional și social.

### 2.3.3. Modele de lucru interne și psihopatologia

Conform teoriei atașamentului, în timp interacțiunile cu figuri semnificative protective sunt internalizate sub forma reprezentărilor mentale raportate la propria persoană și la parteneri („modele de lucru interne"), dimensiuni care definesc diferențele interindividuale în modul de stabilire a relațiilor, respectiv stilurile de atașament (Bartholomew și Horowitz, 1991, Mikulincer și Shaver, 2007). Acestea cuprind pattern-uri de expectanțe, emoții, comportamente ale individului raportate la relații semnificative și influențează funcționarea psihică și sănătatea mentală a acestuia.

În condițiile în care istoricul personal de relații semnificative a fost marcat de disponibilitatea, responsivitatea și suportul în momente dificile din partea figurilor de atașament, individul își dezvoltă sentimentul

securității în cadrul atașamentului, respectiv modele de lucru interne pozitive. Securitatea atașamentului a fost relaționată cu formarea unor relații de calitate, satisfăcătoare, strategii eficiente de reglare a emoțiilor, sănătatea mentală bună și adaptarea socială. De asemenea, securitatea atașamentului reprezintă factor de reziliență în situații dificile de viață (Mikulincer și Shaver, 2007).

Interacțiunile cu figuri de atașament rejectoare, lipsite de sensibilitate, disponibilitate, constanță, încredere interferează cu dezvoltarea unei baze emoționale sigure și stabile, cu auto-reglarea adecvată și cu reziliența în perioade stresante, respectiv determină formarea modelelor de lucru interne negative, care definesc insecuritatea în relații de atașament. Acestea au fost conceptualizate pe două dimensiuni, anxietatea și evitarea în relații de atașament, relaționate cu vulnerabilitatea față de tulburări psihice (Mikulincer și Shaver, 2007).

Dimensiunea anxietății în relații de atașament indică măsura în care persoana manifestă îngrijorare față de lipsa disponibilității figurii de atașament în momente dificile, ceea ce determină recurgerea la strategii de reglare a distresului sub forma tentativelor intruzive și energice de obținere a grijii, iubirii și susținerii din partea partenerilor, strategii care poartă numele de strategii de *hiperactivare*. Dimensiunea evitării în relații de atașament indică măsura lipsei de încredere în parteneri, dublată de tentative de menținere a independenței și distanței emoționale în raport cu partenerii, strategii de reglare a distresului prin recurgerea la strategii de *dezactivare*, de tipul suprimării gândurilor și emoțiilor referitoare la atașament și bazare compulsivă pe propria persoană (Mikulincer și Shaver, 2007).

Bartholomew și Horowitz (1991) au descris patru stiluri de atașament ale adultului, rezultate din combinarea celor două dimensiuni ale atașamentului. Astfel, dimensiunea evitării a fost suprapusă modelului despre alții în relații, măsura în care aceștia sunt sau nu demni de încredere și suportivi, în timp ce dimensiunea anxietății a fost suprapusă modelului despre sine, măsura în care propria persoană este

considerată ca având sau nu valoare în relații. Din combinația celor două dimensiuni rezultă stilurile de atașament ale adultului (Figura 1).

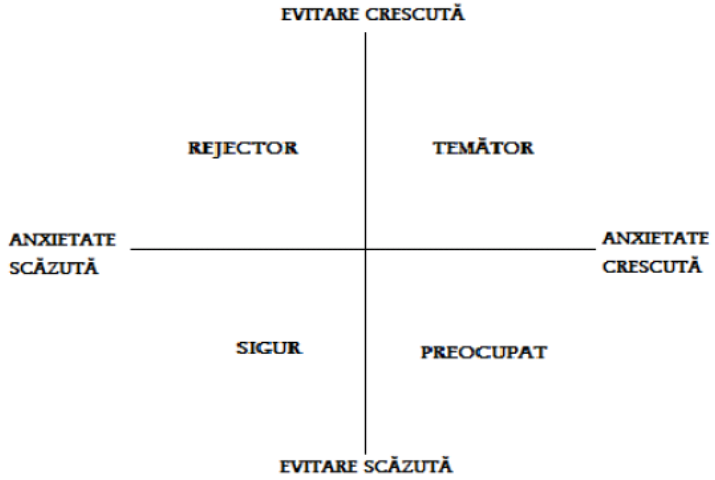



**Figura 1.** ***Modelul stilurilor de atașament ale adultului în funcție de dimensiunile anxietate și evitare în relații semnificative***

La vârsta adultă, persoanele cu atașament insecurizant posedă îndoieli semnificative față de valoarea proprie și auto-eficiență, se bazează pe explicații cauzale lipsite de speranță și optimism, sunt susceptibile la rejecție, critică, dezaprobare, sunt caracterizate de auto-critică și perfecționism distructiv, motiv pentru care sunt extrem de vulnerabile la stres prin faptul că își asigură un context psihologic pervaziv, care conduce la demoralizare și tulburări mentale (Beck, 1976, după Mikulincer și Shaver, 2007). Pe de altă parte, sistemul de atașament deține un rol major în reglarea emoțiilor, care este problematică în cazul multor tulburări mentale. Dificultățile de reglare comportamentală a persoanelor cu atașament insecurizant exacerbează vulnerabilitatea spre psihopatologie, prin faptul că generează diminuarea satisfacției față de activitățile desfășurate și viață în general. Dacă la aceste dificultăți se adaugă dificultățile persoanelor cu atașament nesigur de reglare interpersonală,

care constituie surse în plus de insatisfacție, se poate considera că vulnerabilitatea spre psihopatologie este semnificativă.

Deși există asocieri clare între insecuritatea atașamentului și tulburări mentale sau de personalitate, relația cauzală dintre acestea nu este certă, un număr important de persoane cu atașament nesigur nu suferă de probleme din sfera sănătății mentale, ceea ce justifică faptul că o serie de alți factori de mediu, caracteristici personale, factori socio-economici, pot susține dobândirea rezilienței în condițiile insecurității atașamentului. Insecuritatea atașamentului nu este atât o cauză, cât un factor care amplifică efectul altor factori care contribuie la apariția tulburărilor psihice. Un alt aspect este acela că relația dintre insecuritatea atașamentului și psihopatologie nu este unidirecțională, ci tulburările mentale contribuie la accentuarea problemelor de natură relațională și a insecurității atașamentului (Mikulincer și Shaver, 2007).

În cazul adulților, insecuritatea atașamentului a fost adeseori relaționată cu afectele negative, respectiv măsura în care persoana resimte disconfort și tristețe și neuroticismul, ca trăsătură de personalitate caracterizată prin tendința de experimentare a emoțiilor neplăcute și perturbatoare. Ambele forme de insecuritate a atașamentului au fost asociate cu neuroticismul, singurătatea, iritabilitatea, însă anxietatea în relații apropiate în mai mare măsură și mai frecvent decât evitarea. Pe de altă parte, securitatea atașamentului a fost asociată cu nivele diminuate ale afectelor negative și severitate scăzută a simptomatologiei psihiatrice (Mikulincer și Shaver, 2007). Insecuritatea atașamentului poate fi considerată factor predispozant la afectivitate negativă, care apare ca răspuns la amenințare și factori de stres inerenți vieții cotidiene.

Bowlby (Mikulincer și Shaver, 2007) a considerat că pierderea figurii de atașament sau eșecul în formarea relației sigure cu îngrijitorul facilitează formarea reprezentărilor pesimiste, lipsite de speranță despre sine și lume, care conduc la depresie, în special dacă pierderile, traumele și dificultățile se perpetuează pe parcursul vieții. Indisponibilitatea figurii de atașament poate duce și la anxietate, deoarece

sistemul de atașament nu reușește să îndeplinească funcția de protecție, ceea ce lasă copilul fără sprijin în timp ce explorează mediul. Astfel, lumea devine un loc periculos, plin de amenințări neașteptate, generator de frică, ceea ce determină evitarea, ciclul teamă – evitare fiind unul frecvent întâlnit în tulburările anxioase.

Depresia la vârsta adultă a fost adeseori asociată în studii cu pierderea/ separarea de părinți în copilăria timpurie, care generează sentimente de disperare și deznădejde (Dozier, Stovall-McClough și Albus, 2008), experiențe de atașament traumatice, în special dacă insecuritatea atașamentului exista înainte de pierdere și îngrijirea copilului ulterior evenimentului traumatizant a fost inadecvată. Separările prelungite, divorțul părinților, îngrijirea inadecvată au fost asociate cu agorafobia și panica, iar depresia și anxietatea cu amintiri despre părinți ca fiind indisponibili, nesuportivi, rejectori, cu incapacitatea copilului de a-și forma relații stabile și sigure, care generează sentimentul eșecului personal al copilului. Dozier, Stovall-McClough și Albus (2008) consideră că modul în care Bowlby a conceptualizat asocierea dintre evenimente din copilărie, experimentate în cadrul relației cu îngrijitorul primar și depresia adultului este compatibil cu teoria neajutorării învățate asupra depresiei a lui Seligman. Aceasta specifică faptul că neajutorarea se dezvoltă atunci când persoana este supusă unor experiențe problematice, în care experimentează puternic senzația de incontrolabilitate. În acest mod, relația copilului cu îngrijitorul neresponsiv și insensibil sau pierderea îngrijitorului este experimentată de către acesta ca lipsă a controlului.

Persoanele cu anxietate în relațiile apropiate tind să fie mai puternic expuse la depresie și anxietate decât cele evitante, în timp ce acestea din urmă, în special cu atașament de tipul temător, sunt mai expuse decât persoanele cu atașament sigur. În timp ce anxietatea în relații de atașament a fost asociată cu forma de depresie anaclitică (Blatt, 1974, după Mikulincer și Shaver, 2007), legată de aspecte interpersonale ale depresiei, ca dependența, lipsa autonomiei, evitarea este relaționată

cu aspecte ale depresiei asociate cu performanța, precum perfecționismul, atitudinea auto-punitivă și auto-critică, forma de depresie denumită de Blatt (idem) introiectivă.

Shaver, Schachner și Mikulincer (2005) au analizat relațiile dintre atașament, căutarea excesivă a asigurării verbale („excessive reassurance seeking"), depresie și calitatea relației de cuplu. Căutarea excesivă a asigurării verbale reprezintă tendința relativ stabilă a individului de căutare excesivă și persistentă a asigurării verbale din partea altora că este demn de iubire și valoros, indiferent dacă această asigurare a mai fost sau nu oferită și este o caracteristică asociată adeseori cu depresia. Cercul vicios în care acești indivizi intră este de agravare a simptomatologiei depresive, datorită faptului că tendința de căutare a asigurării verbale devine treptat dificil de tolerat pentru parteneri, ceea ce îi face să se distanțeze sau să respingă partenerul care dorește asigurarea, fapt care duce la agravarea depresiei acestuia. Persoanele cu stil de atașament anxios, care au un istoric de inconsistență cu figuri de atașament, prezintă în mai mare măsură tendința de căutare a asigurării verbale. De altfel, atât anxietatea, cât și evitarea în relații apropiate sunt modalități de reglare a insecurității și stresului asociate cu lipsa confortului și sprijinului interior sau exterior, fie prin hiperactivarea, fie prin dezactivarea atașamentului. Prin urmare, căutarea excesivă a asigurării verbale reprezintă o strategie de hiperactivare, care este adoptată atunci când persoana se simte vulnerabilă la rejecție sau abandon. Studiul realizat de Shaver, Schachner și Mikulincer (2005) a argumentat că anxietatea atașamentului, dar nu și evitarea, este asociată cu depresia, însă în anumite circumstanțe (stres, amenințare) evitarea poate duce la depresie. Evitarea, pe de altă parte, contribuie la insatisfacția în relație. Căutarea excesivă a asigurării verbale reprezintă o strategie relațională utilizată de către persoanele anxioase, cu costuri emoționale ridicate și de cele non-anxioase, cu rezultate benefice pe plan relațional și individual.

Tulburarea de stres posttraumatic apare cu frecvență semnificativ mai redusă la persoanele cu atașament sigur, comparativ cu cele cu

atașament nesigur. Mobilizarea unor modalități de dobândire a securității experimentate, subiective, în timpul evenimentelor traumatizante sau după acestea determină reducerea intensității simptomatologiei tulburării de stres posttraumatice. De asemenea, securitatea atașamentului contribuie la reconstrucția credințelor liniștitoare, care susțin starea de sănătate, denumite de Tedeschi și Calhoun (2004, citați de Mikulincer și Shaver, 2007) „creștere posttraumatică".

Alte tulburări cu care insecuritatea atașamentului a fost relaționată semnificativ în cadrul a diferite cercetări au fost: ideația suicidară, tulburările de comportament alimentar, tulburările de comportament, abuzul de substanțe, tulburările disociative și schizofrenia.

După Dozier, Stovall-McClough și Albus (2008), disocierea are funcție adaptativă prin faptul că presupune dezangajarea, adeseori involuntară, din fața unui eveniment traumatic, astfel încât acesta să nu devină copleșitor pentru individ. În condițiile în care îngrijitorul asigură copilului protecție și sentimentul siguranței în situații traumatizante, acesta nu mai este în postura de a recurge la stări disociative. Prin urmare, asocierea dintre tulburarea disociativă și atașament este evidentă. Copiii care își formează pattern de atașament dezorganizat sunt cei mai puternic expuși la tulburarea disociativă, conform studiilor longitudinale citate de Dozier, Stovall-McClough și Albus (2008), iar alți factori predictivi pentru tulburarea disociativă la vârsta adolescenței au fost: perturbarea comunicării afective cu mama și neglijarea în copilăria timpurie.

Asocierea dintre tulburările de comportament alimentar și atașament rezidă, după Dozier, Stovall-McClough și Albus (2008) în faptul că ambele au în comun pattern-ul de distragere a atenției de la evenimente cu conotație negativă (copilul de la atitudinea lipsită de sensibilitate și disponibilitate a îngrijitorului, persoana cu tulburare a comportamentului alimentar de la propriile emoții negative). Femeile cu tulburări de comportament alimentar au amintiri negative despre proprii părinți, tații fiind adeseori descriși ca neimplicați emoțional sau rejectori, iar mamele ca dominatoare, supraprotective și perfecționiste sau părinți

care nu au fost suportivi față de dorința persoanei de a fi independentă. Dintre stilurile de atașament, cel preocupat a fost adeseori asociat cu anorexia nervoasă.

Dintre tulburările de personalitate, studiile citate de Dozier, Stovall-McClough și Albus (2008) au găsit asocieri între tulburarea de personalitate borderline și atașament. Securitatea atașamentului a fost asociată cu dezvoltarea capacității de înțelegere a stărilor mentale proprii și a altora, prin intermediul capacității de reflecție a îngrijitorului a intențiilor copilului. În medii care nu oferă organizare și securitate copilului, acesta este obligat să-și inhibe reflecția, ceea ce îi afectează dezvoltarea reglării emoționale, controlul impulsurilor, conștiința de sine, empatia și controlul. Conform lui Fonagy (citat de Dozier, Stovall-McClough și Albus, 2008), labilitatea afectivă, instabilitatea interpersonală, absența empatiei, difuzia identității, tendința spre gândire concretă, care caracterizează tulburarea de personalitate borderline pot fi înțelese ca rezultate ale perturbării severe a capacității de mentalizare. Experiențele traumatice pot determina persoana să-și „închidă" mintea față de stările mentale proprii și stările mentale ale altora. Persoanele cu tulburare de personalitate borderline demonstrează nivele scăzute ale înțelegerii cauzalității în lumea socială, prezintă tendința de a acorda atenție scăzută stărilor interne ale altora. Complexitățile și profunzimea reprezentărilor despre alții sunt asociate semnificativ cu complexitatea și profunzimea reprezentărilor despre sine (Westen și Heim, 2003) și prin urmare capacitatea de mentalizare este asociată semnificativ cu dezvoltarea și percepția de sine și cu identitatea persoanei.

O altă tulburare de personalitate cu care a fost asociată insecuritatea atașamentului este tulburarea de personalitate antisocială. Dozier, Stovall-McClough și Albus (2008), în baza studiilor pe care le citează, susțin faptul că tulburarea de personalitate antisocială este asociată cu stări mentale ale atașamentului neprelucrate și rejectoare.

O serie de factori și caracteristici mediază relația dintre atașament și psihopatologie. Astfel, Mikulincer și Shaver (2007) au identificat rolul mediator al stimei de sine, auto-eficacității, suportului social, perfec-

ționismului și deznădejdei, precum și a unor procese de auto-reglare emoțională, a mecanismelor de coping și a dificultăților interpersonale, precum expresivitatea emoțională, singurătatea, satisfacția maritală, securitatea atașamentului partenerului. Securitatea atașamentului, pe de altă parte, mediază relația dintre factori de risc de natura abuzului, stresului, problemelor de sănătate fizică, tulburărilor de natură relațională și depresie.

Pe termen lung, experiențele repetate de disponibilitate a figurii de atașament au efecte de durată asupra organizării intrapsihice și comportamentelor interpersonale. La nivel intrapersonal, acestea sunt resurse pentru reziliență, susțin starea de bine emoțională, sănătatea mentală, adaptarea și fac ca modelele de lucru asupra sinelui și altora să fie schemele sociale cele mai accesibile ale persoanei. La nivel interpersonal, experiențele repetate de disponibilitate a figurii de atașament determină dezvoltarea stilului de atașament sigur, care are foarte multe avantaje în relații apropiate.

#### *2.3.3.1. Anxietatea și evitarea în relația cu animalul de companie*

Insecuritatea atașamentului interferează cu funcția animalului de companie ca figură de atașament care sprijină reglarea distresului emoțional în momente dificile (funcția de „adăpost sigur"), respectiv cu funcția de „bază dătătoare de siguranță". De asemenea, insecuritatea atașamentului față de animalul de companie a fost asociată în diferite studii cu trăsături psihice problematice.

Astfel, *anxietatea atașamentului* față de animalul de companie a fost asociată cu distresul emoțional ridicat (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2011), însă proximitatea animalului de companie aduce beneficii în reglarea distresului emoțional. Prin urmare, în pofida frustrărilor resimțite în interacțiunea cu figura de atașament, persoana cu anxietate ridicată tinde să considere că intensificarea efortului de căutare a proximității va conduce la dobândirea atenției și sprijinului figurii de atașament (Mikulincer și Shaver, 2007, citați de Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2012). Raportarea la animalul de companie este marcată de

ambivalență, îndoieli privind iubirea și capacitatea de a oferi îngrijire a acestuia, dublate de atașamentul puternic și tendința puternică de căutare a proximității. De asemenea, persoanele cu anxietate în relația de atașament manifestă îngrijorare pervazivă față de integritatea animalului, dorință puternică de apropriere, îndoieli privind valoarea proprie în ochii animalului (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2011).

În condițiile pierderii animalului de companie, persoanele cu anxietate ridicată în relație cu acesta prezintă tendința de a manifesta doliu cronic, patologic (Davis, 2011). În condițiile în care atașamentul față de animalul de companie este similar celui interpersonal, insecuritatea în relația de atașament cu animalul poate fi indicativă pentru probleme generale în relații semnificative, ceea ce determină adaptarea problematică la doliu. Dat fiind că securitatea atașamentului cu animalul de companie poate compensa în anumite cazuri insecuritatea în relații de atașament interumane, doliul față de animalul de companie poate fi mai intens în astfel de cazuri (Davis, 2011).

În general, anxietatea în relație cu animalul de companie a fost asociată cu sănătatea mentală mai precară, în condițiile controlării trăsăturilor de personalitate și atașamentului în relații interpersonale (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2011). Prin urmare, nu atât intensitatea atașamentului, cât natura relației cu acesta este indicativă pentru efectele animalului de companie asupra stării de bine și sănătății stăpânului. Dacă cercetările pe această temă sunt încă la început, cele pe tema efectului anxietății stăpânului asupra stării de bine a animalului sunt practic inexistente. Acest aspect merită abordat în cercetări viitoare, deoarece studii realizate pe diade mamă – copil au arătat că anxietatea în relații de atașament a mamei influențează semnificativ dezvoltarea copilului și sănătatea sa mentală (detalii în Cassidy, 2008), iar astfel de efecte ar putea fi evidențiate și la animalul de companie în relație cu stăpânul.

*Evitarea în relația de atașament* cu animalul de companie este asociată cu incapacitatea figurii de atașament de a crește frecvența comportamentelor de explorare a scopurilor, precum și de a crește

încrederea în atingerea scopurilor (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2012). Acest aspect este explicat de perspectiva negativă pe care persoanele cu evitare ridicată o au în raport cu figurile de atașament, precum și tendința acestora de a nu se baza pe acestea pentru reglarea distresului emoțional și pentru atingerea scopurilor personale (Mikulincer și Shaver, 2007, citați de Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2012).

Evitarea a fost asociată negativ cu extraversiunea (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2011) și distresul mai scăzut, chiar relativă indiferență față de moartea animalului de companie. De asemenea, stăpânii cu atașament insecurizant, în special de tip evitant, au fost caracterizați prin incapacitatea de a răspunde la nevoile câinelui și a de asigura baza dătătoare de siguranță acestuia, ceea ce determină apariția la câine a tulburării relaționate cu separarea (Konok et al., 2015), descrisă în cele ce urmează.

Persoanele cu evitare ridicată în raport cu animalul de companie prezintă tendința de a avea expectanțe negative în raport cu acesta, precum și de a atribui caracteristici negative, precum lipsa de suport, lipsa de disponibilitate și responsivitate la nevoile persoanei (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2011). De asemenea, aceste persoane prezintă nivel ridicat de neîncredere în intențiile animalului, ceea ce conduce la distanțare față de acesta.

În prezența animalului de companie, persoanele evitante au nivele scăzute de acceptare personală, precum și auto-eficacitate scăzută în raport cu sarcinile (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2011). De asemenea, acestea tind să resimtă disconfort în apropierea fizică și emoțională față de propriul animal de companie, tentativa de a menține distanță emoțională și prevenirea intruziunilor în spațiul personal (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2011).

#### *2.3.3.2. Alte caracteristici ale stăpânilor și atașamentul față de animalul de companie*

Referitor la diferențele de ***gen***, bărbații și femeile tind să confere în egală măsură valoare animalelor de companie pe care le dețin, însă

în timp ce femeile dețin animale din motive referitoare la suportul social (reducerea singurătății, suport emoțional în momente dificile), bărbații preferă să dețină animale de companie pentru motive pragmatice, precum compania pe care o reprezintă în exerciții fizice (Staats, Wallace și Anderson, 2008). O altă diferență semnificativă a fost identificată de Lewis, Krageloh și Shepherd (2009) și constă în faptul că persoanele de gen feminin tind să resimtă în mai mare măsură iubirea din partea animalului de companie și utilizează animalul de companie în mai mare măsură pentru reglarea emoțiilor prin comparație cu persoanele de gen masculin, rezultat similar cu cel obținut de Quinn (2005), care a identificat diferențe semnificative în privința intensității atașamentului față de animale de companie, femeile fiind semnificativ mai atașate prin comparație cu bărbații.

În privința ***ciclului de viață*** al familiei, atașamentul față de animalul de companie a fost considerat ca fiind mai ridicat la cuplurile nou formate și la cuplurile aflate în stadiul cuibului golit (Albert și Bulcroft, 1988), precum și la persoanele care nu au fost niciodată căsătorite și la cele văduve. Nivele mai scăzute ale atașamentului față de animalul de companie au fost identificate de autorii citați la familiile cu copii sugari, preșcolari, copii de vârstă școlară, adolescenți și tineri în etapa desprinderii de familia de origine.

Diferențe la nivelul atașamentului față de animalul de companie au fost identificate în raport cu ***tipurile de personalitate*** (Bagley și Gonsman, 2005), însă rezultatele obținute de autorii citați au fost inconsistente în ceea ce privește diferențele identificate.

Atașamentul față de animalul de companie a fost relaționat pozitiv cu ***empatia*** atât față de animalul de companie, cât și cu empatia în relații interpersonale (Khalid și Naqvi, 2016), mai mult, atașamentul față de animalul de companie la vârsta copilăriei are rol predictiv pentru dezvoltarea unor nivele ridicate ale empatiei ulterior pe parcursul vieții (Rothgerber și Mican, 2014).

Comportamentul ***antropomorfic***, respective atribuirea de stări mentale (gânduri, emoții, motivații și convingeri) ființelor non-umane

(Serpell, 2003, citat de Duvall Antonacopoulos și Pychyl, 2010) a fost relaționat cu atașamentul. Anumite categorii de persoane prezintă în mai mare măsură tendința de antropomorfizare a animalului de companie (persoane care au avut mai multe căsătorii, divorțate, niciodată căsătorite, fără copii), respectiv de substituire emoțională a membrilor familiei sau a conexiunilor sociale, așa cum se întâmplă în cazul persoanelor cu nivele ridicate de singurătate (Duvall Antonacopoulos și Pychyl, 2010). Aceste categorii sunt similare cu cele identificate de Albert și Bulcroft (1988) ca având nivele ale atașamentului față de animalul de companie ridicate. În privința asocierii dintre starea de sănătate și antropomorfizarea animalului de companie, Duvall Antonacopoulos și Pychyl (2010) au identificat nivele mai scăzute ale sănătății fizice și psihice la persoanele care recurg în mai mare măsură la antropomorfizare. În schimb, Butterfield, Hill și Lord (2012) au argumentat că atribuirea de însușiri umane animalelor contribuie la creșterea acțiunilor benefice la adresa acestora: ajutarea acestora la nevoie, atitudini pozitive referitoare la drepturile animalelor, intenția de a adopta animale din adăposturi, dorința de a deveni vegetarian.

### 2.3.4. Tipul animalului de companie și atașamentul

Tipul animalului de companie a fost important în ceea ce privește natura atașamentului și dimensiunea securitate – insecuritate în relații. Deși există studii pe tema diferențelor dintre diferite animale de companie și efectului acestora asupra omului, investigații detaliate privind atașamentul dintre om și animalul de companie au fost realizate în principal pe câini (Topal și Gacsi, 2012), pisici (Potter și Mills, 2015), cai (Quinn, 2005). A fost formulată ipoteza conform căreia câinii îndeplinesc funcții sociale și reprezintă figuri de atașament pentru stăpâni datorită tendinței acestora de a recurge la antropomorfizare (atribuirea de particularități emoționale și cognitive umane). În acest sens, Martens, Enders-Slegers și Walker (2016) au concluzionat în urma unui studiu realizat cu participarea unui număr reprezentativ de posesori de câini

și pisici din Olanda și Belgia că atașamentul față de animalul de companie este direct relaționat cu tendința posesorului de a atribui acestuia atât emoții de bază, cât și emoții complexe (furie, bucurie, frică, surpriză, dezgust, tristețe, rușine, gelozie, dezamăgire, compasiune), respectiv tendința de a atribui caracteristici umane animalului.

Albert și Bulcroft (1988) au identificat nivele mai ridicate ale atașamentului față de animal la posesorii de câini, prin comparație cu posesorii de pisici sau alte tipuri de animale de companie. În plus, Beck și Madresh (2008) au identificat prezența scăzută a anxietății în atașamentul față de câini la persoanele care erau deținători ai mai multor câini.

Deși în privința comportamentelor specifice pe care stăpânul le poate face cu animalul de companie există diferențe semnificative între posesorii de câini și posesorii de pisici, în sensul că primii pot participa într-o varietate mai mare de interacțiuni cu omul decât pisicile și alte animale de companie, acestea din urmă pot reprezenta în măsură similară sursă de iubire necondiționată, afecțiune și companie (Zasloff, 1996). Prin urmare, efectul atașamentului față de animalul de companie asupra stăpânului pare să fie similar între diferite specii, însă este importantă utilizarea unor instrumente adecvate pentru evaluarea atașamentului.

La posesorii de ***câini***, s-au constatat corelații pozitive între atașament și activitatea fizică, suportul social, starea de bine fizică și psihică, sănătatea fizică și psihică (Netting et al., 2013). Scorurile ridicate ale atașamentului față de animalul de companie au fost asociate cu timpul de plimbare mai îndelungat. În situație de boală, animalul de companie ajută la adaptare și reabilitare (Andreassen, Stenvold și Rudmin, 2013).

***Pisicile*** au fost percepute ca parteneri sociali de către oameni și, uneori, ca suport social pentru stăpâni (Topal și Gacsi, 2012). Pisicile sunt parteneri de socializare activi și demonstrează capacitatea de formare a unor legături sociale în special cu persoanele cu care locuiesc. Puii de pisică au o etapă sensibilă de socializare cu oamenii în intervalul

2–7 săptămâni, timp în care natura interacțiunilor cu semnificație socială și numărul persoanelor cu care interacționează influențează socializarea cu oamenii (Potter și Mills, 2015).

În schimb, referitor la relația de atașament cu stăpânul, la pisici rezultatele cercetărilor sunt eterogene. Astfel, Potter și Mills (2015), într-un studiu realizat pe 20 de perechi pisică – stăpân, utilizând o metodologie adaptată după procedura Situația Străină dezvoltată de Mary Ainsworth a constatat faptul că pisicile nu manifestă comportamente de atașament care să denote securitatea atașamentului față de stăpân. Deși pisicile manifestă distres la separarea de stăpân prin vocalizări, acestea tind să rămână autonome și să nu depindă de stăpân pentru dobândirea securității și siguranței. Autorii nu au identificat comportamente de menținere a proximității și menținere a contactului cu stăpânul mai evidente decât în raport cu o persoană străină, deși pisicile manifestă preferință față de stăpân prin comparație cu o persoană necunoscută. Preferința pentru stăpân poate fi datorată în mai mare măsură interacțiunilor repetate decât împlinirii unor nevoi psihologice. Deși sunt ființe sociale, acestea au fost domesticite de o perioadă relativ scurtă de timp prin comparație cu câinii, nu au fost crescute să trăiască în contact apropiat cu oamenii, iar sistemul lor social natural nu depinde de același tip de legături apropiate.

Comparând intensitatea atașamentului stăpânului față de animalul de companie, Quinn (2005) a identificat diferențe semnificative la posesorii de cai, câini și pisici. Astfel, atașamentul față de cai a fost cel mai intens, urmat de atașamentul față de pisici și cel față de câini.

Coabitarea cu un câine sau o pisică și atașamentul față de animal au fost identificate ca având efect de mediere a relației dintre singurătate și starea generală de sănătate la femei vârstnice care locuiau singure (Krause-Parello, 2008), ceea ce pledează pentru beneficiile îngrijirii unui animal de companie pentru această categorie de persoane. Coabitarea cu un animal de companie crește nivelul sănătății fizice și psihice a persoanelor vârstnice (Krause-Parello, 2012), iar rolul social al animalului de companie în viața persoanei vârstnice ajută la ameliorarea

singurătății și a depresiei. Asocierea dintre singurătate, atașament și starea de bine psihologică fost investigată în diferite studii (Costea-Bărluțiu, 2011), însă în cadrul relațiilor interumane, considerăm că ar fi interesant de investigat în profunzime această temă și în relația de atașament om–animal de companie.

Atașamentul față de animalul de companie are efect de creștere a sentimentelor de siguranță și suport, iar deținerea unui animal ajută la integrarea socială a persoanelor vârstnice, toate acestea contribuind la îmbunătățirea sănătății fizice și mentale a acestora. Pentru aceste persoane, animalul de companie reprezintă un membru al familiei, conferă siguranță, companie, este receptor al iubirii și îngrijirii, însă în condițiile în care atașamentul devine prea puternic, Chur-Hansen, Winefield și Beckwith (2009) consideră că acesta poate deveni dăunător sănătății persoanei vârstnice, prin faptul că poate împiedica stabilirea unor relații sociale interumane, reprezintă un surplus de responsabilitate pentru vârstnic, poate determina neglijarea propriilor nevoi în favoarea nevoilor animalului, precum și riscul de doliu prelungit, complicat, ca urmare a decesului animalului.

În general, relația dintre tipul animalului de companie și atașamentul dintre om și animal este în continuare incertă. În schimb, potrivirea dintre trăsăturile comportamentale ale celor doi (potrivirea interpersonală, Woodward și Bauer, 2007) este asociată cu nivelul crescut al atașamentului. Autorii citați consideră că nu tipul animalului de companie, ci potrivirea dintre nevoile stăpânului și personalitatea animalului de companie reprezintă predictor al atașamentului dintre cei doi.

### 2.3.5. Atașamentul animalului de companie față de om

Până la mijlocul anilor 1990, cercetările privind relația om–animal de companie au fost în special privite din perspectiva umană (Lakatos și Miklosi, 2012), iar în privința atașamentului animalelor față de figuri umane studii mai consistente au existat până recent în special la primate (Topal et al., 1998). Cercetările realizate asupra primatelor, în special

cele efectuate cu maimuțe Rhesus confirmă baza biologică solidă a atașamentului. Suomi (2008) argumentează că maimuțele Rhesus demonstrează pattern-uri de atașament similare celor evidențiate în relațiile umane mamă–copil. Similaritățile fizice, comportamentale, emoționale legate de situații sociale dintre copii și puii de maimuțe Rhesus arată că ființa umană și primatele non-umane au în comun parte din istoricul evoluției și reflectă adaptările eficiente la procesul de selecție, care promovează supraviețuirea ambelor specii.

Topal și Gacsi (2012) consideră că pentru ca atașamentul să se formeze între membri ai diferitelor specii, este nevoie ca acestea să prezinte structuri comportamentale similare, cu funcții comune. Din această perspectivă, autorii consideră că dintre animale ***câinii*** sunt cei care pot forma relații de atașament cu oamenii, deoarece în procesul de domesticire aceștia au trecut prin câteva schimbări în comportamentele social-afiliative care pot constitui fundament pentru formarea relației de atașament cu oamenii (Miklosi, 2007, citat de Topal și Gacsi, 2012), și anume competența socială evoluționistă („evolutionary social competence", Miklosi și Topal, 2013), care constă în proprietatea de a manifesta un sistem complex de comportamente prosociale și coercitive în interacțiuni. Prin comparație cu lupii, câinii manifestă preferințe specifice și atracție pentru ființe umane, iar durata și calitatea socializării timpurii din perioada de pui (evaluată ca interval de 3 până la 12 săptămâni după naștere) oferă posibilitatea stabilirii unor relații de afiliere stabile cu oamenii (Topal et al., 2005). De asemenea, prin comparație cu lupii, câinii au abilități avansate de adaptare a propriului comportament la situații specifice de interacțiune cu oamenii, în cadrul cărora au capacitatea de aprehensiune a indiciilor comportamentale umane în situații sociale ambigue, pot combina comportamente contradictorii pentru a răspunde la expectanțele omului, respectiv au competențe sociale în virtutea cărora pot răspunde congruent la semnalele și acțiunile umane (Gacsi et al., 2013a).

Utilizând procedura Situația Străină adaptată pentru atașamentul câine–om, Topal et al. (1998) au determinat faptul că relația de ata-

șament câine – om este analogă celei dintre copil și părinte, respectiv stăpânul reprezintă pentru câine baza de siguranță, în prezența acestuia câinele tinde să crească frecvența comportamentelor de explorare și joc în medii nefamiliare, comparativ cu situația în care cei doi sunt separați și câinele se află în prezența unei persoane străine. În situații stresante, câinii caută contactul cu stăpânii și manifestă comportamente de socializare semnificativ mai frecvente față de stăpân, comparativ cu o persoană străină, ceea ce reprezintă indicator important pentru preferința lor pentru stăpân. Mai mult, autorii au categorizat câinii pe continuumul securitate–insecuritate a atașamentului, similar altor categorii de animale (de ex., cimpanzeii) în raport cu oamenii și diadelor mame–copii în interacțiune.

Topal et al. (1998) nu au identificat indicatori obiectivi în privința variabilității comportamentelor de atașament ale câinilor, prin urmare vârsta câinelui, genul stăpânului sau al câinelui, rasa câinelui nu au fost asociate cu diferențe la nivelul comportamentelor de atașament. Mărimea familiei în care câinele trăiește, însă, modulează comportamentele de atașament ale acestuia față de stăpân. Astfel, câinii care cresc în familii mai mari au prezentat un număr mai redus de comportamente de căutare a proximității față de stăpân și pasivitate mai ridicată în raport cu episoadele de separare de acesta, comparativ cu câinii care cresc în familii mai mici. Autorii au explicat aceste diferențe prin faptul că în familii mai mari câinii își formează atașamente multiple, ceea ce îi face să fie mai puțin „lipicioși" în raport cu stăpânul atunci când este necesar să se separe de acesta. Prin contrast, unii câini evaluați de stăpâni ca „anxioși" în timpul separării de ei și „mai bucuroși" la reunire prezintă comportamente evidente de distres în situații de separare, până la tulburarea relaționată cu separarea (Gaultier et al., 2005, citați de Konok, Doka și Miklosi, 2011, Konok et al., 2015), manifestată prin comportamente problematice de tipul lătratului excesiv în absența stăpânului, eliminarea inadecvată de urină și fecale, comportamente distructive, stări afective negative, atașament insecurizant.

Prin analiză factorială a comportamentelor de atașament ale câinilor, Topal et al. (1998) au identificat trei variable ipotetice majore, în funcție de care se stabilesc profilele de atașament ale câinilor:

1) Nivel de anxietate, reflectat în reacțiile câinelui la stres în prezența stăpânului și a unei persoane străine;
2) Acceptarea prezenței unei persoane străine;
3) Atașament, reflectat în relația câine–stăpân, comportamente de căutare a contactului.

Efectul stăpânului de „adăpost dătător de siguranță" pentru câine în condiții de distres a fost investigat de Gacsi et al. (2013b) pe un lot de 32 de câini care trăiau ca animale de companie în familii. Autorii au arătat că în situații amenințătoare sau generatoare de distres, stăpânul reprezintă suport pentru redobândirea securității, însă efectul este modulat de reactivitatea câinelui. Astfel, câinii reactivi, care manifestă vocalizare specifică la distres, mârâit sau lătrat în situația amenințătoare prezintă creștere mai semnificativă a ritmului cardiac în raport cu câinii non-reactivi în condițiile în care sunt abordați de o persoană străină amenințătoare în absența stăpânului. Prezența acestuia din urmă are efect de liniștire a câinelui în condițiile în care persoana străină amenințătoare îl abordează, efect pe care autorii l-au evaluat prin diferențele care apar la nivelul ritmului cardiac al câinelui în această din urmă situație.

Topal et al. (2005) au arătat că atașamentul față de stăpân se manifestă încă de la vârsta de 16 luni la puii de câine. Atașamentul față de om se dezvoltă în mai mare măsură la câinii care au fost crescuți de la vârste timpurii cu asigurarea contactului fizic pozitiv de către stăpâni (Topal și Gacsi, 2012). Primele trei luni din viața puilor de câine reprezintă perioada de maximă sensibilitate pentru formarea atașamentelor cu oamenii, însă și câinii care nu au avut parte de socializare timpurie, cei în cazul cărora relația cu stăpânul s-a rupt, respectiv câinii din adăposturi pot stabili relații de atașament cu figuri umane în condițiile în care li se oferă posibilitatea unui contact pozitiv, respectiv în condițiile

în care stăpânul asigură securitatea de care câinele are nevoie pentru a lega o relație de atașament (Gacsi et al., 2001, Topal și Gacsi, 2012, Kis et al., 2014). Mai mult, autorii susțin că în cazul câinilor din adăposturi, nevoia puternică de contact social cu figuri umane determină formarea rapidă a unor atașamente puternice chiar și la câinii adulți, ceea ce pledează pentru succesul adopției acestora, în contrast cu ipoteze anterioare conform cărora doar câinii adoptați din adăposturi la vârste mici au șanse să se adapteze în familiile adoptive.

În privința pisicilor, unii autori consideră că acestea manifestă comportamente de atașament similare câinilor și, mai mult, comportamentele de atașament ale pisicilor în compania stăpânilor lor sunt mult mai evidente decât în cazul câinilor. În situația în care se află în compania stăpânilor, pisicile prezintă tendința de a rămâne mai mult timp în contact cu aceștia, de a fi mai active în prezența lor decât în prezența unei persoane străine, de a petrece timp lângă ușă atunci când stăpânul părăsește încăperea. În plus, există diferențe semnificative în privința comportamentelor de socializare și afiliative ale pisicilor față de persoane, în sensul că acestea nu prezintă inițiative de joc cu persoana străină atunci când stăpânul iese din încăpere și rareori stabilesc contact fizic cu persoana străină în astfel de situații (Topal și Gacsi, 2012).

## 2.4. Evaluarea atașamentului față de animalul de companie

### 2.4.1. Evaluarea atașamentului dintre om și animal

Deși există un număr relativ ridicat de instrumente care evaluează relația om–animal de companie, respectiv diferite aspecte ale interacțiunii om–animal (Anderson, 2007), operaționalizarea constructului de atașament față de animalul de companie a fost inconsistentă în diferite studii. Au fost identificate o serie de dificultăți în evaluarea atașamentului om–animal de companie, dificultăți care au contribuit

la producerea unor confuzii la nivelul operaționalizării constructului. Adeseori, instrumentele care evaluează relația om–animal de companie includ itemi referitori la comportamente și activități specifice interacțiunilor cu câinii (ex., plimbare, dresaj etc.) și în mai mică măsură evaluează aspecte emoționale ale relației (ex., iubirea, loialitatea etc.), care pot apărea în relație cu orice tip de animal de companie (Zasloff, 1996). Acest fapt a condus la serioase inconsistențe în privința operaționalizării atașamentului de-a lungul diferitelor studii (Cromer și Barlow, 2013). De asemenea, în evaluare a fost vizată intensitatea legăturii de atașament și nu calitatea și elementele componente ale acesteia, iar specificul interacțiunii cu diferite tipuri de animale de companie nu a fost examinată. Adeseori, eșantioanele pe care s-au testat instrumentele de evaluare dezvoltate au fost selectate din rândul studenților la facultăți de profil, precum medicină veterinară. Unele dintre acestea au fost dezvoltate prin adaptarea instrumentelor de evaluare a relațiilor interpersonale de atașament la specificul relației om–animal de companie.

Pe lângă dificultăți și impedimente în evaluare, au fost citate și o serie de particularități ale relației om–animal de companie, care facilitează dezvoltarea unor instrumente de evaluare valide: (1) constanța mai ridicată în comportamentul față de stăpân a animalului de companie, în raport cu cele în relații interpersonale de atașament, (2) relația mai predictibilă cu animalul de companie, în comparație cu relațiile interpersonale.

Securitatea în relația cu animalul de companie a fost operaționalizată în diferite instrumente ca încredere în iubirea, loialitatea, disponibilitatea animalului de companie, în timp ce insecuritatea a fost operaționalizată în principal de-a lungul dimensiunilor anxietate – evitare, dar și ca impact negativ al animalului de companie sau antipatie față de animale.

Câteva dintre instrumentele de evaluare a atașamentului față de animalul de companie au fost utilizate în cercetări care vizau interacțiunea om–animal, în care s-au dovedit a avea proprietăți psihometrice promițătoare. Acestea sunt enumerate în tabelul 1.

**Tabel 1.** ***Exemple de instrumente de evaluare a atașamentului față de animalul de companie, în ordinea publicării***

| Instrumentul de evaluare și autorii acestuia | Componente ale atașamentului vizate în subscale | Proprietăți psihometrice | Observații |
|---|---|---|---|
| *Short Attachment to Pets Scale (SAPS) for children and Young People (Marsa-Sambola et al., 2015)* | Un singur factor al atașamentului, operaționalizat prin: (1) timp și activități, (2) interes și afecte, (3) cunoștințe despre, (4) responsivitate comportamentală față de obiectul atașamentului | Cronbach alpha .89, corelații itemi-total peste pragul de .20 | Reprezintă unul dintre puținele instrumente de evaluare a atașamentului față de animalul de companie la copii și tineri. |
| *Dutch Children's Attachment to Companion Animals (Endenburg, van Lith și Kirpernsteijn, 2014)* | Atașamentul copil–animal de companie | Stabilitate test–retest: .85, Cronbach alpha .78 | Testat într-un singur studiu, necesită testare în alte studii |
| *Pet Attachment and Life Impact Scale (Cromer și Barlow, 2013)* | Iubire, Reglare, Dezvoltare Personală, Impact Negativ | Validitate concurentă foarte bună cu alte scale dezvoltate anterior (detalii în Cromer și Barlow, 2013) | |
| *Pet Attachment Questionnaire (Zilcha-Mano et al., 2011)* | Anxietatea și evitarea în relația de atașament cu animalul de companie | Cronbach alpha .86 (Anxietate) – .82 (Evitare) | Adaptat după scala de evaluare a atașamentului interpersonal ECR-R |

| Instrumentul de evaluare și autorii acestuia | Componente ale atașamentului vizate în subscale | Proprietăți psihometrice | Observații |
|---|---|---|---|
| *Comfort from Companion Animals Scale (Zasloff, 1996)* | Nivelul perceput al confortului emoțional pe care stăpânul îl primește de la animalul de companie | Cronbach alpha .85<br>Validitate de construct – corelație cu LAPS .68 ($p<.05$) | Conține itemi care descriu relația cu orice animal de companie, nu doar cu câini și pisici |
| *Lexington Attachment to Pets Scale LAPS (Johnson, Garrity și Stallones, 1992)* | Atașament general, Substituirea oamenilor, Drepturi și starea de bine a animalelor | Cronbach alpha pentru întreaga scală .93 | Referința formală la teoria atașamentului nu este clară, operaționalizarea atașamentului este confuzivă. |
| *Pet Attachment Scale (Albert și Bulcroft, 1988)* | Intimitate, grijă și atașament față de animale | Cronbach alpha .85–.90 | Baza teoretică a instrumentului nu este clar conturată în raport cu teoria atașamentului. |
| *Companion Animal Bonding Scale (Poresky et al., 1987)* | Legătura afectivă, Proximitate fizică, Îngrijire | Cronbach alpha .77–.86,<br>Stabilitate test–retest la 4 luni pentru scorul total, cu valoarea .81 | Dezvoltat pe un lot de convenienţă, operaționalizarea constructului este discutabilă, itemii axați pe activitățile copil–animal de companie |
| *CENSHARE Pet Attachment Scale (Holcomb, Williams și Richards, 1985)* | Menținerea relației, Intimitate | Cronbach alpha .74–.78 (intimitate) și .83–.88 (menținerea relației) | Utilizat pe larg în cercetare, disponibil pentru a fi utilizat de către practicieni și cercetători |

| Instrumentul de evaluare și autorii acestuia | Componente ale atașamentului vizate în subscale | Proprietăți psihometrice | Observații |
|---|---|---|---|
| *Pet Attitude Scale (Templer et al., 1981)* | Afecțiunea față de animale de companie, Antipatie față de animale de companie | Cronbach alpha .93, stabilitate test–retest cu valoarea .92 | Una dintre cele mai des utilizate scale, însă constructul „atașamentfață de animale de companie" este similar celui de „atitudine față de animale de companie" |

Dintre scalele dezvoltate pentru evaluarea atașamentului față de animalul de companie, Chestionarul atașamentului față de animalul de companie (*Pet Attachment Questionnaire*, Zilcha-Mano et al., 2011) urmărește principiile teoriei atașamentului și evaluează diferențe individuale în privința atașamentului față de animalul de companie. Chestionarul include un număr de 26 de itemi, grupați în doi factori, respectiv două subscale care evaluează cele două dimensiuni principale, anxietatea și evitarea, în relație cu animalul de companie. Evitarea în relația de atașament cu animalul de companie se referă la măsura în care persoana resimte disconfort în raport cu apropierea fizică și emoțională, respectiv tendința de a păstra distanța față de animalul de companie. Anxietatea în relația de atașament cu animalul de companie se referă la măsura în care persoana prezintă îngrijorare privind faptul că ceva rău s-ar întâmpla animalului de companie, dorința puternică de apropiere, respectiv îndoiala privind valoarea propriei persoane în ochii animalului de companie.

Din analiza factorială exploratorie realizată de Zilcha-Mano et al. (2011) a rezultat următoarea grupare a itemilor instrumentului:

- Factorul 1 (evitare): 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 23, 25 și
- Factorul 2 (anxietate): 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22, 24, 26.

Cu permisiunea autoarei, chestionarul a fost tradus și adaptat în limba română de Costea-Bărluțiu și Rusu (în curs de publicare) și urmează să fie testat în cadrul unui studiu realizat cu participarea unui lot de participanți posesori actuali și în trecut ai unor animale de companie. Itemii variantei traduse în limba română, dar încă netestată din punct de vedere al proprietăților psihometrice sunt redați în tabelul 2.

**Tabel 2.** ***Instrucțiunea și itemii***
***Chestionarul atașamentului față de animalul de companie***
(Pet Attachment Questionnaire, Zilcha-Mano et al., 2011)

Vă rugăm să parcurgeți fiecare dintre afirmațiile de mai jos gândindu-vă la relația Dvs cu un animal de companie pe care îl aveți în prezent sau l-ați avut în trecut și să evaluați măsura în care fiecare dintre acestea descrie sentimentele și gândurile dvs în această relație, pe o scală de la 1 (deloc) la 7 (foarte mult). În cazul în care aveți mai multe animale de companie, vă rugăm să alegeți unul și să oferiți răspunsurile referindu-vă la acesta.

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. Apropierea de animalul meu de companie îmi este plăcută. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2. Sunt adeseori îngrijorat(ă) de ceea ce aș face dacă animalului meu de companie i s-ar întâmpla ceva rău. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3. Prefer să nu fiu prea apropiat(ă) de animalul meu de companie. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4. Uneori simt că îl forțez pe animalul meu de companie să arate mai mult devotament și dorință de a fi aproape de mine. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5. Prefer să păstrez distanță față de animalul meu de companie. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6. Dacă nu îl pot face pe animalul meu de companie să arate interes față de mine, mă supăr sau enervez. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7. Adeseori animalul meu de companie este o pacoste pentru mine. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8. Semnele de afecțiune din partea animalului meu de companie îmi întăresc valoarea ca persoană. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 9. Mă simt distant(ă) față de animalul meu de companie. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 10. Adeseori simt că animalul meu de companie nu-mi permite să mă apropii atât de mult cât mi-aș dori. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 11. Nu sunt foarte atașat(ă) de animalul meu de companie. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 12. Mă enervez atunci când animalul meu de companie nu dorește să se apropie de mine atât de mult cât mi-aș dori eu. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 13. Dacă ar fi nevoie, aș putea renunța la animalul meu de companie fără dificultăți. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 14. Devin frustrat(ă) atunci când animalul meu de companie nu este în preajma mea atât de mult cât mi-aș dori eu. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 15. Nu am o problemă să mă despart de animalul meu de companie pentru o perioadă îndelungată. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 16. Am nevoie de semne de afecțiune din partea animalului meu de companie pentru a simți că este cineva care mă acceptă așa cum sunt. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 17. Mă simt incomod atunci când animalul meu de companie dorește să se apropie de mine. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 18. Mă simt frustrat(ă) dacă animalul meu de companie nu se arată disponibil pentru mine atunci când am nevoie. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 19. Devin nervos(nervoasă) atunci când animalul meu de companie se apropie prea mult de mine. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 20. Fără acte de afecțiune din partea animalului meu de companie, mă simt fără valoare. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 21. Doresc să mă apropii de animalul meu de companie, dar continui să mă retrag. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 22. Mă îngrijorează să fiu lăsat(ă) singur(ă) fără animalul meu de companie. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 23. Încerc să evit să mă apropii prea mult de animalul meu de companie. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 24. Am nevoie de semne ale iubirii din partea animalului meu de companie pentru a mă simți valoros(valoroasă). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 25. Atunci când sunt departe de animalul meu de companie pentru o perioadă lungă de timp, rareori mă gândesc la el. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 26. Am nevoie de multe confirmări din partea animalului meu de companie că mă iubește. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

### 2.4.2. Evaluarea atașamentului animalului față de om

Instrumentele de evaluare a atașamentului câine – om au început să fie adaptate după cele utilizate în cazul subiecților umani în anii ’90. Astfel, procedura standardizată de evaluare a atașamentului dezvoltată de Mary Ainsworth pentru investigarea relației de atașament dintre mamă și copil a fost adaptată de Topal et al. (1998) pentru studiul comportamentelor de atașament ale câinilor raportate la stăpânii lor. Similar procedurii originale, autorii au dezvoltat șapte episoade de interacțiune și separare, fiecare cu durata de 2–3 minute între câine și figura de atașament (stăpânul), respectiv o persoană străină:

1) Câinele și stăpânul se află într-o încăpere nefamiliară, stăpânul inițiază jocul, contactul fizic;
2) Persoana străină pătrunde în încăpere, câinele este în compania ambilor, iar persoana străină inițiază jocul și contactul fizic;
3) Stăpânul pleacă, câinele rămâne cu persoana străină, care inițiază jocul și contactul fizic (primul episod de separare);
4) Stăpânul revine, persoana străină pleacă, stăpânul inițiază jocul și contactul fizic;
5) Stăpânul pleacă, câinele rămâne singur (al doilea episod se separare);
6) Persoana străină revine și inițiază jocul și contactul fizic cu câinele (al treilea episod de separare);
7) Stăpânul revine, persoana străină pleacă, iar stăpânul inițiază jocul și contactul fizic cu câinele (Topal et al., 1998).

Participanții sunt informați în privința comportamentului pe care trebuie să îl adopte în timpul testului, interacțiunea este filmată și ulterior analizată din punct de vedere al comportamentelor de atașament ale câinelui: explorare, joc, salut, contact fizic, urmărire, așezare la ușă etc., atât raportate la stăpân, cât și la persoana străină. Similar subiecților umani, separarea de figuri de atașament în medii nefamiliare produce distres și anxietate, manifestate în comportamente specifice atașamentului câinelui față de stăpân (căutare a proximității). Reacțiile câinelui la stăpân și persoana străină sunt, de asemenea, surprinse (Topal et al. (1998), iar pe baza acestora comportamentele de atașament ale câinilor pot fi descrise și categorizate.

## 2.5. Contribuții ale teoriei atașamentului în terapia și intervențiile asistate de animale

Interacțiunile asistate de animale cuprind diverse abordări terapeutice în care animalul este parte integrantă din proces (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2011), astfel încât, alături de terapeut, animalul interacționează cu clientul în vederea îmbunătățirii rezultatului terapiei. Animalul cu care clientul interacționează este de regulă un animal de terapie, facilitator pentru procesul terapeutic. Baza pentru beneficiile interacțiunii om–animal este insuficient clarificată, însă una dintre ipoteze este aceea că atașamentul față de animalul de companie ar fi mecanismul care explică aceste beneficii, dat fiind că atât atașamentul interpersonal, cât și interacțiunea cu animalul de companie influențează stările fiziologice ale persoanei (Cromer și Barlow, 2013). Terapia asistată de animale facilitează schimbări pozitive datorită abilității terapeutului de a crește securitatea clientului în explorarea relațiilor, expectanțelor, emoțiilor, comportamentelor, prin oferirea unui model de relație diferit, care conduce la modificarea modelelor de lucru interne.

Teoria atașamentului reprezintă un cadru teoretic adecvat pentru studiul relației om–animal, precum și a diferențelor care apar la acest nivel (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2012). Animalele au o

contribuție semnificativă și pozitivă la starea de sănătate și starea de bine a persoanelor vulnerabile (Thompson et al., 2014, p. 227), prin faptul că asigură companie, securitate, asistență practică și capital social care previne singurătatea și izolarea socială. Animalul de companie poate deveni bază dătătoare de siguranță și adăpost sigur pentru stăpân deoarece oferă iubire necondiționată și nu părăsește persoana în momente de distres. Atașamentul față de animale crește reziliența populațiilor vulnerabile (persoane cu dizabilități, persoane fără adăpost, persoane cu boli mentale, persoane de vârsta a treia, copii și tineri, persoane provenind din comunități cu diversitate culturală sau din comunități izolate etc.). Conform teoriei atașamentului, modelele de lucru interne despre sine și ceilalți, formate în baza interacțiunilor repetate cu figuri semnificative, influențează relgarea emoțională și comportamentul în relații (Mikulincer și Shaver, 2007). Disponibilitatea, suportul în caz de pericol și responsivitatea figurilor de atașament determină dobândirea securității atașamentului, a modelelor de lucru pozitive, optimiste, care fundamentează sentimentul valorii personale și reglarea emoțională, ca baze pentru sănătatea mentală optimă (Mikulincer și Shaver, 2007, citați de Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2011).

Teoria istoriei de viață („Life history theory", Charnov, 1993, Clutton-Block, 1991, Stearns, 1976, 1992, Williams, 1966, citați de Simpson și Belsky, 2008) arată că pentru a lăsa urmași, individul trebuie să rezolve o mulțime de probleme referitoare la supraviețuire, creștere, dezvoltare și reproducere în timpul vieții. În funcție de circumstanțele de viață, timpul, efortul și energia individului pot fi direcționate spre efortul somatic, respectiv creșterea și dezvoltarea fizică, sau spre efortul reproductiv și investirea energiei în producerea de urmași. Efortul reproductiv are două componente: efortul de împerechere (localizarea, curtarea, atragerea partenerilor) și efortul de îngrijire parentală (gestație, naștere, îngrijire postnatală a copiilor, educație/ socializare a acestora). Teoria istoriei de viață abordează modul în care individul trebuie să aloce efort somatic sau reproductiv, în funcție de circumstanțele de viață trecute, prezente și viitoare. Această teorie aduce

argumente în plus pentru faptul că sistemul de atașament al copilului facilitează nu doar sănătatea mentală și starea de bine, ci inclusiv supraviețuirea și dezvoltarea în primii ani ai vieții (Simpson și Belsky, 2008). Ideea este susținută de studii asupra copiilor care suferă de blocaj în dezvoltare, comparativ cu cei care sunt rezilienți (Costea-Bărluțiu, 2010), care arată că reziliența este dobândită în condițiile în care copilul nu beneficiază doar de îngrijire corectă, ci și de relaționare socială. Blocajul în dezvoltare este asociat cu inhibiția comportamentală și reducerea șanselor de relaționare ale copilului. Pe de altă parte, blocajul în dezvoltare, care apare adeseori ca urmare a rupturii în relația de atașament, relații inadecvate părinte-copil, traume de natură relațională, poate afecta șansele copilului de supraviețuire. La vârsta adultă, sistemul de atașament determină creșterea potrivirii generale a individului prin adoptarea unor strategii reproductive adecvate, variate, care se adaugă obținerii satisfacției și fericirii în relații apropiate.

Cu facilitarea și medierea empatică a unui terapeut, animalul de companie poate deveni o relație de atașament securizantă, care ulterior poate deschide drumul spre formarea altor atașamente securizante în viața unui client care a avut istoric dificil de relații interpersonale. Dacă terapeutul poate deveni cu ușurință ținta proiecțiilor clientului și a modelelor de lucru negative ale acestuia, animalul de companie facilitează formarea unei legături de atașament în care astfel de proiecții să nu apară, ceea ce ajută la revizuirea modelelor dezadaptative ale clientului (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2011). Experiențele emoționale din relația terapeutică client – animal de terapie sunt corective atât pentru relația terapeutică în care pot apărea proiecții problematice, cât și pentru funcționarea clientului. Astfel de experiențe emoționale corective infirmă modelele de lucru interne disfuncționale ale clientului. Deși animalul de terapie este parte din viața clientului un timp limitat și cu o anumită frecvență dată de frecvența ședințelor de terapie, acesta poate deveni în timp una dintre figurile din ierarhia atașamentelor clientului. Ghidarea profesionistă a terapeutului este esențială pentru ca terapia să funcționeze optim.

### 2.5.1. Strategii terapeutice pentru TAA

Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver (2011) propun câteva strategii bazate pe teoria atașamentului și cercetările realizate în domeniul acesteia care pot fi utile în terapia asistată de animale pentru abordarea nevoilor relaționale ale clientului și a remedia modele de lucru dezadaptative:

1) Asigurarea unor experiențe emoționale corective în care orientarea atașamentului clientului să fie dublată de dezvoltarea unei orientări contra-complementare, și anume atașamentul față de animalul de companie. În acest fel, în cadrul relației terapeutice, modelele de lucru stabile problematice sunt infirmate și ulterior revizuite prin coliziunea cu modelele de lucru funcționale derivate din relația cu animalul de companie.

   Pentru clienții cu atașament *evitant*, care tind să utilizeze strategii de dezactivare a atașamentului și să nege nevoile de atașament, să devină auto-suficienți (Mikulincer și Shaver, 2007), relația cu animalul de companie, în care pot avea sentimentul controlului, oferă posibilitatea apropierii, tolerării dependenței, nevoii de afecțiune, deoarece animalul răspunde contingent, pozitiv și le acceptă gesturile de apropiere.

   Pentru clienții cu atașament *anxios*, care prezintă tendința de hiperactivare a atașamentului atunci când resimt lipsa disponibilității și responsivității partenerilor, ghidată de nevoia profundă de protecție și sprijin din partea figurilor de atașament (Mikulincer și Shaver, 2007), relația cu animalul de terapie poate fi mai securizantă pentru că le dă sentimentul că ei sunt în controlul relației. Relația cu animalul este mai predictibilă, stabilă și sigură, animalele arată disponibilitate emoțională, submisivitate, interes, ceea ce poate avea efect benefic de relaxare și angajare a clientului în explorare și dezvoltare personală pentru că nu există riscul abandonului (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2011). Prin urmare, prezența animalului de companie poate crește securitatea în relația

terapeutică prin exprimarea emoțiilor de către animal, stabilitate, predictibilitate, disponibilitate emoțională a acestuia.

2) Utilizarea prezenței animalului de terapie facilitează comunicarea, prin interpretarea a ceea ce animalul ar putea spune, gândi, visa (în special la copii), discutarea pe marginea relației cu propriile animale de companie și identificarea tipului de atașament din această relație. Raportarea spontană la parteneri de relație poate fi observată în raporturile dintre terapeut, client și animalul de terapie (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2011).
3) Utilizarea prezenței animalului de companie are potențial de eliminare a rezistențelor, a rezervelor și constrângerilor pe care clientul le poate resimți față de terapie și crearea unei atmosfere terapeutice pline de afecțiune, calm, căldură (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2011), care vine în întâmpinarea nevoilor clientului de protecție și acceptare.
4) Interacțiunile jucăușe pot crește explorarea, spontaneitatea, creativitatea și bucuria, iar securitatea dată de prezența animalului de terapie poate crește explorarea și creativitatea clienților (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2011).
5) Securitatea din relația cu animalul de companie are potențial ridicat de susținere a dezvoltării unei relații sigure cu terapeutul, prin generalizare, animalul de companie având rol de „obiect al tranziției" (Winnicott, 1986, citat de Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2011).
6) În cazul în care apar reacții dificile la client în raport cu animalul de terapie, acestea pot fi discutate în lumina experiențelor clientului dinafara cadrului terapeutic, astfel acesta având posibilitatea să înțeleagă dificultățile sale relaționale și factorii care le mențin (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2011).
7) Terapeutul poate sprijini clientul să înțeleagă consecințele problematice ale pattern-urilor lui relaționale în raport cu animalul de terapie, respectiv ciclurile de interacțiune dezadaptative care apar și în relații interumane (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2011).

8) Prelucrarea pierderilor, durerii referitoare la separare, doliului din viața clientului, cu facilitarea și medierea pe care o oferă prezența animalului de terapie este utilă atât pentru pierderi suferite de client de-a lungul timpului, cât și pentru prelucrarea separării de terapeut la finalul terapiei (Zilcha-Mano, Mikulincer și Shaver, 2011).

O serie de studii au arătat că încrederea în animalul de companie este mai ușor de dobândit decât în oameni la persoane cu traume interpersonale, ceea ce reprezintă un argument solid în favoarea ideii că animalele de terapie reprezintă adjuvant pentru proces, iar cu ghidarea terapeutului se pot obține rezultate benefice pentru clienți de pe urma prezenței lor în cabinetul terapeutic.

### 2.5.2. Efecte benefice ale atașamentului față de animale de companie

Pe lângă efectele atașamentului om–animal de companie descrise în subcapitolele anterioare, efecte dintre care unele au fost modulate de stiluri de atașament și alți factori relaționați cu atașamentul și care susțin utilitatea implicării animalelor în activități terapeutice, subcapitolul de față punctează câteva alte efecte benefice. O serie de studii au evidențiat asocierea semnificativă dintre atașamentul om–animal de companie și aspecte relevante ale funcționării psihice și sociale a stăpânilor acestora. Lewis, Krageloh și Shepherd (2009) au identificat corelație pozitivă între anumite componente ale ***calității vieții*** și atașamentul față de animalul de companie la adulți tineri. Dintre aceste componente, calitatea vieții pe planul sănătății fizice a fost relaționată cu atașamentul la posesorii de câini, în timp ce domeniul social al calității vieții a fost relaționat cu atașamentul la posesorii de alte animale în general.

Marks, Koepke și Bradley (2010) au identificat relația pozitivă dintre atașamentul față de animalul de companie și ***generativitate*** la adulții tineri (promovarea generațiilor viitoare, ghidarea acestora, procreativitatea, creativitatea și productivitatea în cadrul unei relații care

implică beneficii mutuale, Erickson, 1950, citat de Marks, Koepke și Bradley, 2010). Dat fiind că atât atașamentul, cât și generativitatea implică îngrijirea, păsarea pentru celălalt, cele două caracteristici sunt profund relaționate. În plus, relația pozitivă dintre cele două reprezintă, după autorii citați, încă un argument privind efectul benefic al animalelor de companie pentru deținătorii lor umani.

Relația apropiată cu animalul de companie în copilărie a fost relaționată cu ***empatia*** față de animale și evitarea consumului de carne la vârsta adultă (Rothgerber și Mican, 2014), respectiv cu cât atașamentul față de animalul de companie la vârsta copilăriei este mai ridicat, cu atât evitarea consumului de carne este mai frecventă, însă doar în condițiile în care empatia față de animale este crescută.

De asemenea, atașamentul față de animalul de companie poate avea efecte benefice asupra nivelului ***agresivității*** la copii (Marsa-Sambola et al., 2015). În teoria atașamentului, agresivitatea în perioada copilăriei este puternic motivată de disfuncții ale atașamentului dintre părinte și copil (Berlin, 2005), precum și cu atașamentul dezorganizat, care a fost considerat de diverși autori ca unul dintre cei mai semnificativi factori de risc pentru agresivitate și comportamente disruptive (Kim, 2010). Diverși autori (citați de Marsa-Sambola et al., 2015) au arătat că animalele de companie influențează pozitiv, direct sau indirect, dezvoltarea socio-emoțională a copiilor și adolescenților, respectiv comportamentele pro-sociale, empatia și au rol în modularea reactivității la stres, precum și în îmbunătățirea relaționării sociale. Marsa-Sambola et al. (2015) consideră că atașamentul față de animalul de companie reprezintă un construct relevant care ar putea ajuta la înțelegerea mai bună a efectului animalului de companie asupra sănătății copiilor. Westgarth et al. (2013) au constatat că atașamentul copiilor față de animalul de companie este mai ridicat la cei care sunt copii unici, prin comparație cu cei care au frați sau surori.

La copii, atașamentul față de animalul de companie a fost relaționat pozitiv cu amploarea ***comportamentelor prosociale***, precum și cu timpul petrecut în compania animalului și îngrijirea acestuia. Carlisle

(2015) a descris relația semnificativă dintre atașamentul față de câine și abilitățile sociale ale copiilor cu autism, respectiv dintre atașament și comportamentele pro-sociale ale copiilor cu autism.

Prin urmare, atașamentul securizant cu un animal de companie poate deveni pentru copii, adulți și familii facilitator pentru dezvoltarea unor relații sănătoase interumane. Deși în ultima perioadă cercetarea în domeniul atașamentului dintre om și animalul de companie a cunoscut dezvoltare importantă, există încă dileme numeroase atât în privința atașamentului dintre om și animal, cât și în privința legăturii dintre acesta și atașamentul interpersonal, care necesită clarificare în cadrul unor cercetări viitoare.

## 2.6. Concluzii

Teoria atașamentului reprezintă teorie a relațiilor „robustă și generativă" (Sroufe, 2016, p. 1009), cu multiple implicații și aplicații în diferite domenii de cercetare și aplicații practice. O multitudine de dovezi empirice au adus argumente solide pentru eficiența intervențiilor bazate pe atașament în abordarea unei game largi de probleme ale ființei umane, din perioada copilăriei până la vârsta adultă.

Deși inițial o teorie a relațiilor părinte–copil, teoria atașamentului s-a extins înspre descrierea relațiilor semnificative interpersonale la vârsta adultă și, mai recent, înspre investigarea altor tipuri de relații semnificative, printre care se numără cele cu animalul de companie. Natura atașamentului față de animalul de companie este profund relaționată atât cu o serie de componente ale relației cu stăpânul, cât și cu anumite caracteristici precum starea de sănătate fizică și psihică a deținătorului acestuia. De asemenea, atașamentul animalului de companie față de stăpân, recent investigată prin proceduri experimentale adaptate după cele dezvoltate pentru relația copil–părinte, ar putea avea un rol important în explicarea interacțiunilor dintre om și animal. Studiile privind comportamentele de atașament ale animalului

de companie sunt încă la început, în special cele cu referire la alte tipuri de animale decât câinii, pe care majoritatea cercetărilor s-au axat.

Deși în continuarea există dileme privind legătura dintre atașamentul om–animal de companie și atașamentul interpersonal, paradigma atașamentului poate deveni cadru util pentru explicarea eficienței activităților și terapiilor asistate de animale, deoarece nu doar că este un model bazat pe dovezi în ceea ce privește evaluarea și intervenția, dar poate furniza și cadrul metodologic pentru cercetarea în acest domeniu.

## Referințe bibliografice

Ainsworth, M.S., Blehar, M.C., Waters, E., Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

Albert, A., Bulcroft, K. (1988). Pets, Families, and the Life Course, în *Journal of Marriage and the Family*, 50(2):543–552.

Anderson, D.C. (2007). *Assessing the human – animal bond: a compendium of actual measures*, Purdue University Press, West Lafayette.

Andreassen, G., Stenvold, L.C., Rudmin, F.W. (2013). "My Dog is My Best Friend": Health Benefits of Emotional Attachment to a Pet Dog, în *Psychology & Society*, 5(2):6–23.

Bagley, D.K., Gonsman, V.L. (2005). Pet attachment and personality type, în *Anthrozoos*, 18(1):28–42.

Bartholomew, K., Horowitz, L.M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model, în *Journal of Personality and Social Psychology*, 61:226–244.

Baumeister, R.F., Leary, M.R. (1995). The Need to Belong – Desire for Interpersonal Attachments as a Fundamental Human Motivation, în *Psychological Bulletin*, 117(3):497–529.

Beck, L., & Madresh, E.A. (2008). Romantic Partners and Four-Legged Friends: An Extension of Attachment Theory to Relationships with Pets. *Anthrozoos*, 21(1):43–56.

Berlin, N.G. (2005). Tripartite Treatment of Childhood Aggression: A View from Attachment Theory. *Journal of Infant, Child and Adolescent Psychotherapy*, 4(2):134–155.

Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Attachment*, Basic Books, New York;

Brown, D., Hawkins Rogers, Y., Kapadia, K. (2008). Considerații multiculturale despre aplicarea teoriei atașamentului. *American Journal of Psychotherapy*, 62(4):34–50.

Butterfield, M.E., Hill, S.E., & Lord, C.G. (2012). Mangy mutt or furry friend? Anthropomorphism promotes animal welfare. *Journal of Experimental Social Psychology*, 1–4.

Carlisle, G.K. (2015). The Social Skills and Attachment to Dogs of Children with Autism Spectrum Disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 45:1137–1145.

Cassidy, J. (2008). The Nature of the Child's Ties, în Cassidy și Shaver (eds*.). Handbook of Attachment, 2nd ed. Theory, Research and Clinical Applications*, The Guilford Press, New York.

Chur-Hansen, A., Winefield, H.R., Beckwith, M. (2009). Companion Animals for Elderly Women: The Importance of Attachment. *Qualitative Research in Psychology*, 6:281–293.

Cromer, L.D., Barlow, M.R. (2013). Factors and Convergent Validity of the Pet Attachment and Life Impact Scale (PALS), în *Human-Animal Interaction Bulletin*, 1(2):34–56.

Costea-Bărluțiu, C., Rusu, A.S. (în curs de publicare). Adaptarea culturală a unui instrument de evaluare a atașamentului față de animalul de companie.

Costea-Bărluțiu, C. (2011). Atașamentul și starea de bine psihologică la vârsta adultă: asocierea cu stima de sine și singurătatea, în în Milcu, M., Brate, A. (coord.), *Cercetări aplicative în educație, sănătate și științele sociale*, ed. Universitară, București, volumul conferinței Cercetarea modernă în psihologie: direcții și persperctive, Sibiu, 3–5 iunie.

Costea-Bărluțiu, C. (2010). Psychosocial Factors and Conditions Associated with the Non-Organic Failure to Thrive in Infants and Young Children. *Studia Universitatis Babeș-Bolyai*, Psychologia-Paedagogia, LV(1):3–19.

Davis, H.L. (2011). Death of a Companion Animal: Understanding Human Responses to Bereavement, în Blazina, C., Boyraz, G., Shen-Miller, D. (eds.). *The Psychology of the Human-Animal Bond. A Resource for Clinicians and Researchers*, Springer, New York.

Deci, E.L., Ryan, R.M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4): 227–268.

Dozier, M., Stovall-McClough, K.C., & Albus, K.E. (2008). Attachment and Psychopathology in Adulthood, în Cassidy și Shaver (eds.). *Handbook of Attachment, 2nd ed. Theory, Research and Clinical Applications*, The Guilford Press, New York.

Duvall, Antonacopoulos, N.M., & Pychyl, T.A. (2010). The Possible Role of Companion-Animal Anthropomorphism and Social Support in the Physical and Psychological Health of Dog Guardians. *Society and Animals*, 18:379–395.

Endenburg, N., van Lith, H.A., & Kirpensteijn, J. (2014). Longitudinal Study of Dutch Children's Attachment to Companion Animals. *Society & Animals*, 22:390–414.

Gacsi, M., Maros, K., Sernkvist, S., Farago, T., & Miklosi, A. (2013a). Human Analogue Safe Haven Effect of the Owner: Behavioural and Heart Rate Response to Stressful Social Stimuli in Dogs, în *PLoS ONE*, 8(3): e58475. doi: 10.1371/journal.pone.0058475.

Gacsi, M., Topal, J., Miklosi, A., Doka, A., Csanyi, V. (2001). Attachment Behavior of Adult Dogs (Canis familiaris) Living at Rescue Centers: Forming Nw Bonds. *Journal of Comparative Psychology*, 115(4):423–431.

Gacsi, M., Vas, J., Topal, J., Miklosi, A. (2013b). Wolves do not join the dance: Sophisticated aggression control by adjusting to human social signals in dogs. *Applied Animal Behaviour Science*, 145:109–122.

Holcomb, R., Williams, C.R., & Richards, S.P. (1985). The elements of attachment: Relationship maintenance and intimacy. *Journal of the Delta Society*, 2(1):28–34.

Jalongo, M.R. (2015). An Attachment Perspective on the Child-Dog Bond: Interdisciplinary and International Research Findings. *Early Childhood Education*, 43:395–405.

Johnson, T.P., Garrity, T.F., & Stallones, L. (1992). Psychometric evaluation of the Lexington attachment to pets scale. *Anthrozoos*, 5(3):160–174.

Khalid, A., & Naqvi, I. (2016). Relationship Between Pet Attachment and Empathy Among Young Adults. *Journal of Behavioural Sciences*, 26(1).

Kim, E.Y. (2010). An activating mechanism of aggressive behavior in disorganized attachment: a moment-to-moment case analysis of a three-year-old. *Journal of Child Psychotherapy*, 36(2):152–167.

Kis, A., Klausz, B., Persa, E., Miklosi, A., Gacsi, M. (2014). Timing and presence of an attachment person affect sensitivity of aggression tests in shelter dogs, în *Veterinary Record*, doi: 10.1136/vr.101955.

Kobak, R., Madsen, S. (2008). Disruptions in Attachment Bonds: Implications for Theory, Research and Clinical Intervention, în Cassidy și Shaver (eds.). *Handbook of Attachment, 2nd ed. Theory, Research and Clinical Applications*, The Guilford Press, New York.

Kogan, I. (2001). *Strigătul copiilor muți: Psihanaliză și Holocaust*, Ed. Trei, Iași.

Konok, V., Doka, A., Miklosi, A. (2011). The behavior of the domestic dog (Canis familiaris) during separation from and reunion with the owner: A questionnaire and an experimental study.*Applied Animal Behaviour Science*, 135:300–308.

Konok, V., Kosztolanyi, A., Rainer, W., Mutschler, B., Halsband, U., Miklosi, A. (2015). Influence of Owners' Attachment Style and Personality on Their Dogs' (Canis familiaris) Separation-Related Disorder, în *PloS ONE*, doi: 10.1371/journal.pone.0118375.

Krause-Parello, C.A. (2008). The Mediating Effect of Pet Attachment Support Between Loneliness and General Health in Older Females Living in the Community. *Journal of Community Health Nursing*, 25:1–14.

Krause-Parello, C.A. (2012). Pet Ownership and Older Women: The Relationships Among Loneliness, Pet Attachment Support, Human Social Support, and Depressed Mood. *Geriatric Nursing*, 33(3):194–203.

Kurdek, L.A. (2009). Young Adults' Attachment to Pet Dogs: Findings from Open-Ended Methods. *Anthrozoos*, 22(4):359–369.

Lakatos, G., Miklosi, A. (2012). How Can Ethological Study of Dog-Human Companionship Inform Social Robotics? în Birke, L., Hockenhull, J. (eds.). *Crossing Boundaries. Investigating Human-Animal Relationships*, Leiden: Brill.

Lewis, A., Krageloh, C.U., Shepherd, D. (2009). Pet Ownership, Attachment and Health-Related Quality of Life in New Zealand. *Electronic Journal of Applied Psychology*, 5(1):96–101.

Marks, S.G., Koepke, J.E., Bradley, C.L. (2010). Pet Attachment and Generativity Among Young Adults. *The Journal of Psychology*, 128(6):641–650.

Marsa-Sambola, F., Muldoon, J., Williams, J., Lawrence, A., Connor, M., Currie, C. (2015). The Short Attachment to Pets Scale (SAPS) for Children and Young People: Development, Psychometric Qualities and Demographic and Health Associations, în *Child Ind Res*, DOI 10.1007/s12187-015-9303-9.

Martens, P., Enders-Slegers, M.-J., Walker, J.K. (2016). The Emotional Lives of Companion Animals: Attachment and Subjective Claims by Owners of Cats and Dogs. *Anthrozoos*, 29(1):73–88.

Marvin, R.S., Britner, P.A. (2008). Normative Development: The Ontogeny of Attachment, în Cassidy și Shaver (eds.). *Handbook of Attachment, 2nd ed. Theory, Research and Clinical Applications*, The Guilford Press, New York.

McConnell, A.R., Brown, C.E., Shoda, T.M., Stayton, L.E., Martin, C.E. (2011). Friends with Benefits: On the Positive Consequences of Pet

Ownership. *Journal of Personal and Social Psychology*, 101(6):1239–1252.

Miklosi, A., Topal, J. (2013). What does it take to become „best friends"? Evolutionary changes in canine social competence. *Trends in Cognitive Sciences*, 1–8.

Mikulincer, M., Shaver, P.R. (2007*). Attachment in adulthood. Structure, Dynamics and Change*, The Guilford Press, New York.

Netting, F.E:, Wilson, C.C., Goodie, J.L., Stephens, M.B., Byers, C.G., Olsen, C.H. (2013). Attachment, Social Support, and Perceived Mental Health of Adult Dog Walkers: What Does Age Have to Do With It?, în *The Journal of Sociology and Social Welfare*, 40(4), p. 261–283.

Peacock, J., Chur-Hansen, A., Winefield, H. (2012). Mental Health Implications of Human Attachment to Companion Animals. *Journal of Clinical Psychology*, 68(3):292–303.

Poresky, R.H.; Hendrix, C.; Mosier, J.E.; Samuelson, M.L. (1987). The Companion Animal Bonding Scale: Internal reliability and construct validity. *Psychological Reports*, 60(3):743–746.

Potter, A., Mills, D.S. (2015). Domestic Cats (Felis silvestris catus) Do Not Show Signs of Secure Attachment to Their Owners, în *PloS One*, 10(9): e0135109. doi:10.1371/journal.pone.0135109

Quinn, A.C. (2005). An examination of the relations between human attachment, pet attachment, depression and anxiety, *Retrospective Theses and Dissertations*, Iowa State University.

Rothgerber, H., Mican, F. (2014). Childhood pet ownership, attachment to pets, and subsequent meat avoidance. The mediating role of empathy toward animals, *Appetite*, 79:11–17.

Ryan, R.M., Deci, E.L. (2003). On Assimilating Identities to the Self: A Self-Determination Theory Perspective on Internalization and Integrity within Cultures, în Leary, M.R., Tangney, J.P. (eds.). *Handbook of Self and Identity*, New York: The Guilford Press.

Sable, P. (1995). Pets, Attachment, and Well-Being across the Life Cycle. *Social Work*, 40(3):334–341.

Sable, P. (2013). The Pet Connection: An Attachment Perspective. *Clinical Social Work Journal*, 41:93–99.

Shaver, P.R., Fraley, R.C. (2008). Attachment, Loss and Grief: Bowlby's Views and Current Controversies, în Cassidy și Shaver (eds.). *Handbook of Attachment, 2nd ed. Theory, Research and Clinical Applications*, The Guilford Press, New York.

Shaver, P.R., Schachner, D.A., Mikulincer, M. (2005). Attachment Style, Excessive Reassurance Seeking, Relationship Processes, and Depression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(3):343–359.

Simpson, J.A., Belsky, J. (2008). Attachment Theory within a Modern Evolutionary Framework, în Cassidy și Shaver (eds.). *Handbook of Attachment, 2nd ed. Theory, Research and Clinical Applications*, The Guilford Press, New York.

Sroufe, L.A. (2016). The Place of Attachment in Development, în Cassidy, J., Shaver, P.R. (eds.). Handbook of Attachment. Theory, Research, and Clinical Applications, 3rd ed., The Guilford Press, New York.

Staats, S., Wallace, H., Anderson, T. (2008). Reasons for Companion Animal Guardianship (Pet Ownership) from Two Populations. *Society and Animals*, 16:279–291.

Stenseng, F. (2013). Attaching Person-Pet Attachment to Positive Psychology: In Response to Andreassen, Stenvold, & Rudmin. *Psychology & Society*, 5(2):24–27.

Suomi, S.J. (2008). Attachment in Rhesus Monkeys, în Cassidy și Shaver (eds.). *Handbook of Attachment, 2nd ed. Theory, Research and Clinical Applications*, The Guilford Press, New York.

Templer, D.J., Salter, C.A., Dickey, S., Baldwin, R., Veleber, D.M. (1981). The construction of a pet attitude scale. *The Psychological Record*, 31:43–48.

Thompson, K., Every, D., Rainbird, S., Cornell, V., Smith, B., Trigg, J. (2014). No Pet or Their Person Left Behind: Increasing the Disaster Resilience of Vulnerable Groups through Animal Attachment, Activities and Networks. *Animals*, 4:214–240.

Topal, J., Gacsi, M. (2012). Lessons We Should Learn from Out Unique Relationship with Dogs: An Ethological Approach, în Birke, L., Hockenhull, J. (eds.). *Crossing Boundaries. Investigating Human-Animal Relationships*, Leiden: Brill.

Topal, J., Gacsi, M., Miklosi, A., Viranyi, Z., Kubinyi, E., Csanyi, V. (2005). Attachment to humans: a comparative study on hand-reared wolves and differently socialized dog puppies, în *Animal Behaviour*, 70, 1367–1375;

Topal, J., Miklosi, A., Csanyi, V., Doka, A. (1998). Attachment Behavior in Dogs (Canis familiaris): A New Application of Ainsworth's (1969) Strange Situation Test. *Journal of Comparative Psychology*, 112(3):219–229.

van IJzendoorn, M.H., Bakermans-Kranenburg, M.J. (2004). Maternal Sensitivity and Infant Temperament in the Formation of Attachment, în Bremner, G., Slater, A. (eds.). *Theories of Infant Development*, Blackwell Publishing Ltd.

Vaughn, B.E., Bost, K.K., van IJzendoorn, M.H. (2008). Attachment and Temperament: Additive and Interactive Influences on Behavior, Affect and Cognition during Infancy and Childhood, în Cassidy și Shaver (eds.). *Handbook of Attachment, 2nd ed. Theory, Research and Clinical Applications*, The Guilford Press, New York.

Wang, C.C.D.C, Scalise, D.A. (2009). Adult Attachment, Culturally Adjusted Attachment and Interpersonal Difficulties of Taiwanese Adults. *The Counseling Psychologist*, 20(10):1–26.

Westen, D., Heim, A.K. (2003). Disturbances of Self and Identity in Personality Disorders, în Leary, M.R., Tangney, J.P. (eds.). *Handbook of Self and Identity*, The Guilford Press, New York.

Westgarth, C., Boddy, L.M., Stratton, G., German, A.J., Gaskell, R.M., Coyne, K.P., Bundred, P., McCune, S., Dawson, S. (2013). Pet ownership, dog types and attachment to pets in 9–10 year old children in Liverpool, UK. *BMC Veterinary Research*, 9:102–112.

Woodward, L.E., Bauer, A.L. (2007). People and Their Pets: A Relational Perspective on Interpersonal Complementarity and Attachment in Companion Animal Owners. *Society and Animals*, 15:169–189.

Zasloff, R.L. (1996). Measuring attachment to companion animals: a dog is not a cat is not a bird. *Applied Animal Behaviour Science*, 47:43–48.

Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M., Shaver, P.R. (2011). An attachment perspective on human-pet relationships: Conceptualization and assessment of pet attachment orientations. *Journal of Research in Personality*, 1–13.

Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M., Shaver, P.R. (2011). Pet in the therapy room: An attachment perspective on Animal-Assisted Therapy. *Attachment & Human Development*, 13(6):541–561.

Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M., Shaver, P.R. (2012). Pets as safe heavens and secure bases: The moderating role of pet attachment orientations. *Journal of Research in Personality*, 46:571–580.

# 3. Despre sincronizarea emoțională om-câine. Privire asupra factorilor psiho-fiziologici

***Denisa Pop****

Studiile în domeniul interacțiunii om–animal aduc tot mai multe dovezi ale efectelor benefice pe care le are interacțiunea pozitivă atât cu animalele de terapie, cât și cu animalele de companie. Se pune adeasea întrebarea: Care este mecanismul efectelor pozitive ale acestor interacțiuni?

Cele mai multe persoane care dețin un animal de companie vor spune că îl dețin în primul rând pentru acest lucru, adică pentru companie – fiind asociată cu confort și relaxare, cu oportunitatea de a fi altruist și de a oferi grijă unei ființe, dar și de a se purta copilărește și de a fi jucăuși (Holbrook et al., 2001). În mediul ultrastimulant și adesea perceput ca stresant în care trăim azi, acest tip de companie poate fi o soluție eficientă pentru creșterea calității vieții. Cum contribuie mai exact joaca, relaxarea și interacțiunile pozitive la o viață mai bună? Din punct de vedere biologic, organismul are nevoie de o stare de echilibru, numită homeostazie. Din punct de vedere al sistemului nervos autonom, acesta intră într-o stare de dezechilibru atunci când creierul simte că organismul se află în pericol. În mediul ancestral, acest dezechilibru avea cel mai probabil loc când viața era pusă în pericol, sistemul nervos vegetativ simpatic activând toate resursele pentru a pregăti organismul pentru reacția de luptă-sau-de-fugă. În prezent, creierul nu e obișnuit cu multitudinea de stimuli din jur și activează exact aceeași reacție de mai multe ori într-o singură zi, deși viața nu

* Facultatea de Zootehnie și Biotehnologii, Universitatea de Științe Agricole și Medicină Veterinară, Cluj-Napoca

este neapărat pusă în pericol. În schimb, dacă ajungem acasă și ne jucăm sau ne mângâiem animalul de companie, simțim cum începem să ne relaxăm – semn al activării sistemului nervos parasimpatic (SNP), readucând astfel starea de echilibru în organism. Răspunsul de relaxare e o stare fizică de odihnă care schimbă răspunsurile fizice și emoționale la stres (scăderea ritmului cardiac, a tensiunii arteriale și a celei din mușchi).

Cercetătorii au început să investigheze în ce constă exact această stare de bine, de relaxare cu ajutorul animalului de companie, dorind să obțină și măsurători obiective – nu doar subiective, bazate pe chestionare. Majoritatea cercetărilor s-au axat pe interacțiunea pozitivă om–câine, urmărind mai ales modificările în nivelele de cortizol (”hormonul stresului”) și în nivelele de oxitocină (”hormonul atașamentului”). Când vorbim de interacțiune pozitivă, ne referim mai ales la mângâiere, joacă, dar și la vorbit sau privit reciproc în ochii câinelui.

Primele studii relevante în cazul ambelor specii (atât om, cât și câine) au apărut în jurul anilor 2000, fiind efectuate de cercetătorul Odendaal și echipa sa, în Africa de Sud. În experimentele lor (Odendaal, 2000; Odendaal și Lehmann, 2000; Odendaal și Meintjes, 2003), oamenii de știință au selectat șase substanțe neurochimice asociate în general cu scăderea tensiunii arteriale: beta-endorfinele circulante (din plasmă), oxitocina, prolactina, acidul fenilacetic, feniletilamina, dopamina, cortizolul. Au fost măsurate modificările în nivelul acestora, atât înainte, cât și după interacțiunea pozitivă om-câine, la ambele specii. În acest studiu au participat atât câini alături de stăpânii lor, cât și câini și oameni care nu se cunoșteau de dinainte. Efectele interacțiunii pozitive cu animalul de companie au fost comparate cu efectele citirii unei cărți, iar rezultatele au indicat că interacțiunea cu câinele a produs schimbări mai puternice în nivelele de beta-endorfine, oxitocină și prolactină în comparație cu efectele asociate cu cititul cărții. De asemenea, la participanții umani a scăzut nivelul cortizolului față de situația pre-test, iar la ambele specii, tensiunea arterială a scăzut semnificativ în faza de post-test. Nivelele beta-endorfinelor circulante

(din plasmă), ale oxitocinei, prolactinei, acidului fenilacetic și dopaminei au crescut semnificativ față de post-test la ambele specii (Odendaal & Meintjes, 2003). Nivelele cele mai ridicate de oxitocină s-au regăsit în cazul ambelor specii după interacțiunea stăpân–câine (Odendaal, 2000 *apud* Pop & Rusu, 2016).

Tot în contextul interacțiunilor pozitive om–câine, studii recente au început să investigheze diferențele și similaritățile între stilurile de atașament atât ale oamenilor (context intepresonal și om–animal), cât și ale câinilor (câine–stăpân). O legătură între stilul de atașament al stăpânilor și relația lor cu câinii a fost găsită de Oliva et al. (2016), aceștia descoperind că un stil de atașament anxios al stăpânului corelează cu o performanță mai slabă la câini în probele de urmărire și înțelegere a gesturilor umane. Se pare că aceată legătură bazată pe atașament este bidirecțională, Hall et al. (2016) susținând că atitudinea și caracteristicile persoanei, dar și ale câinelui, sunt associate cu funcționarea optimă a legăturii om–animal. Hall et al. (2016) au analizat relația copil–câine printr-o serie de experimente comportamentale și câteva chestionare. Rezultatele au indicat că atașamentul copil-câine e asociat cu sprijinul pe care copilul percepe că îl primește din partea câinelui și cu cât de corect urmează câinele indicațiile gesturale ale copilului. Câinii care urmau cel mai bine gesturile copiilor erau acele animale de companie pentru care copiii înșiși erau responsabili acasă cu îngrijirea lor (hrănire, plimbat, periat), nivelul de responsabilitate față de animalul de companie fiind astfel un factor semnificativ în funcționarea relației om–animal.

Explicația din punct de vedere fiziologic a relației bidirecționale om–câine este dată de Oliva et al. (2015), arătând printr-o serie de experimente că performanța câinelui în înțelegerea semnalelor date de stăpân crește dacă i se administrează oxitocină. În mod normal, cu cât relația stăpân–câine este mai bună (stăpânul fiind atașat de câine și câinele de acesta), cu atât și nivelele de oxitocină sunt mai ridicate, iar performanțele cognitive ale animalului de companie mai bune (în acord cu comunicarea gesturală și verbală din partea stăpânilor).

Explicațiile funcționării relației om–câine vin și din partea neuroștiințelor cognitive. Astfel, cu ajutorul imagisticii prin rezonanță magnetică funcțională (fMRI), Hayama et al. (2016), au concluzionat că diferențele între stilul de atașament, atracția față de animalele de companie și deținerea unui animal de companie fac o diferență în percepția cu care sunt vizionate poze cu animale de companie. Aceștia au selectat 15 bărbați deținători de animale de companie (câini și pisici) și 15 non-deținători care au vizionat fotografiile în interiorul fMRI. Un atașament mai ridicat față de propriul animal de companie a fost asociat cu o mai mare activare în regiunea parietală și occipitală, în timpul vizionării fotografiilor, acestea fiind posibile regiuni implicate în interacțiunile interpersonale și în interacțiunea om–animal.

În unele studii, cum ar fi cel realizat de Rehn și Keeling (2016), se propune cunoașterea propriului stil de atașament de către viitorii stăpâni, cât și al câinelui, pentru a avea o relație optimă cu animalul pe care îl achiziționează. Este important însă de conștientizat că stilurile de atașament se mai pot schimba pe parcurs, interacțiunea pozitivă constantă putând să aibă un efect de modelare pozitivă (în direcție securizantă): de exemplu, Harlinger & Blazina (2016) au observat că bărbații care în mod normal se simt constrânși de rolurile tradiționale și nu își exprimă în manieră extrovertă sentimentele, într-un context de joacă cu animalul lor de companie, pot lăsa în urmă constrângerile mult mai ușor, exprimându-și liber emoțiile. Acest lucru s-ar putea datora faptului că în timpul jocului cu animalele de companie, aceștia nu se simt judecați, autorii făcând referire la un citat al scriitorului Samuel Butler (1912 *apud* Harlinger & Blazina, 2016): „*Marea plăcere a unui câine este că poți să te faci de râs și nu numai că nu te va mustra, dar se va face și el de râs*". Cercetătorii menționează inclusiv beneficiul adus de reamintirea evenimentelor plăcute, în acest caz joaca cu animalul, care reprezintă o prețioasă sursă de confort emoțional.

Joaca câinilor în contexte sociale interspecifice (cu omul) este definită de unii autori ca fiind o „*…trăsătură adaptativă, selectată în timpul domesticirii pentru a facilita atât dresajul, cât și formarea*

*legăturilor emoționale între câine și stăpân. Frecvența și forma jocului pot astfel să reprezinte un indicator al relației om–câine*" (Bradshaw et al., 2015). Joaca cu câinele e corelată la indivizii umani cu afectele pozitive (zâmbete), mai ales dacă include atingere, mișcare și proximitate (Horowitz & Hecht, 2016). În cazul câinilor, aceștia dau dovadă mai tot timpul de afecte pozitive în timpul jocului, acestea fiind măsurate de Horowitz & Hecht (2016) prin frecvența datului rapid din coadă.

De cele mai multe ori, deținătorii de animale de companie nu își fac timp să se joace cu cățeii lor, neconștientizând sau neavând informații despre beneficiile psiho-fiziologice ale jocului (Proyer, 2013). Lipsa jocului se poate asocia cu deteriorarea relației, câinii devenind stresați și cel mai probabil încep să distrugă lucruri din casă (Bud, 2009), iar mulți deținători de animale de companie ajung să renunțe la câinele lor din aceste motive (Bud et. al, 2003). Pe lângă joacă, un impact major asupra relației și a bunăstării ambelor specii îl poate avea și mângâiatul animalului. Handlin et al. (2011, 2012) au găsit o corelație semnificativă a nivelelor de oxitocină ale câinilor cu cele ale stăpânilor, ambele nivele fiind crescute după o ședință de mângâiat.

Această corelare a nivelelor hormonale a stăpânilor cu cele ale câinilor a fost adusă în discuție și de către unul dintre cei mai cunoscuți etologi la nivel mondial, Adam Miklosi, acesta punctând conceptul de sincronizare emoțională în contextual relației om–câine (https://familydogproject.elte.hu/). Cercetătorul susține că evoluția unor noi aspecte comportamentale la câini a fost necesară în trecut pentru a asigura supraviețuirea în noul mediu, alături de specia umană, câinii prezentând un înalt nivel de sociabilitate în interacțiunea cu omul. Diferența în nivelele de socializare ale câinilor în comparație cu lupii, susține cercetătorul, este „*fără îndoială rezultatul unui proces selectiv*" (Miklosi, 2007). În cartea sa, „*Dog Behaviour, Evolution, and Cognition*", Miklosi (2007) descrie comportamentele care au evoluat la câini în relație cu omul, printre ele numărându-se și sincronizarea emoțională – câinii recunosc starea emoțională a omului prin urmărirea anumitor semnale vizuale sau acustice emise de oameni, iar apoi se sincronizează

cu aceste semnale la nivel comportamental și fiziologic. De exemplu, Vas et al. (2005, *apud* Miklosi, 2007) au observat că în funcție de atitudinea omului (prietenos sau amenințător), câinii își schimbau comportamentul și răspunsul emoțional în concordanță cu atitudinile exprimate de persoanele respective.

După o competiție de agilitate, Buttner et al. (2015) au urmărit interacțiunea instructor–câine din punct de vedere al comportamentului afiliativ sau pedepsitor față de câine, recoltându-se de asemenea probe de salivă atât înainte de competiție, cât și după, pentru a urmări modificările în nivelele de cortizol salivar la ambele specii. Rezultatele au arătat o sincronizare a acestor nivele ale cortizolului salivar (un indicator al stresului, care poate fi analizat din salivă, în manieră neinvazivă), indiferent de comportamentul pe care l-a avut instrctorul canin, sugerând sincronizarea stărilor hormonale este posibilă prin transferal stărilor emoționale de la o specie la alta, sau 2) există o relație bidirecțională. Autorii studiului recomandă ca pe viitor studiile să încerce să identifice exact care este direcția de transmitere sau dacă într-adevăr, modificările vin din ambele direcții (Buttner et al., 2015). Astfel, fenomenul de sincronizare emoțională începe să fie susținut de date la nivel comportamental și fiziologic.

În continuare va fi prezentată una dintre cele mai recente cercetări în domeniu, și anume studiul lui Kertes et al. (2016): 101 copii cu vârste cuprinse între 7–12 ani au participat într-un experiment de laborator în care s-a urmărit dacă câinii (animale de companie) contribuie la reducerea stresului. Copiii au fost împărțiți fie în grupul cu animalul de companie prezent, fie într-unul cu un părinte prezent sau în altul cu nici un sprijin social. Rezultatele indică că în grupul unde nu a existat nici un sprijin, copiii au dat dovadă de o creștere atât a stresului perceput, cât și a nivelelor cotizolului salivar. Prezența câinelui de companie a redus semnificativ stresul perceput, în comparație cu celelalte două grupuri.

În terapia asistată de animale, pe lângă urmărirea efectelor la nivelul indivizilor umani, unele studii au început să se centreze și pe aspecte

ale bunăstării animalelor implicate în terapie. Astfel, Glenk et. al (2014) au urmărit modificările comportamentale și cortizolul salivar a cinci câini, antrenați special pentru terapie, având o experiență de minimum doi ani, toți având o stare de sănătate bună din perspectiva evaluărilor veterinare. Aceștia au participat fiecare la câte cinci ședințe de terapie cu persoane dependente de droguri. Persoanele au fost instruite cum să interacționeze cu câinii, contactul fiind inițiat de către câine. Comportamentele din cadrul interacțiunii au fost vorbitul cu câinele, contact tactil, joc și au fost înregistrate cu două camere video. Activitatea, comportamentul și răspunsul la acțiunile umane au fost înregistrate în durată sau frecvență. Ședințele au avut loc dimineața, pentru a scădea posibilele efecte ale ritmului circadian asupra cortizolului salivar. Probele de salivă au fost luate înainte de fiecare ședință (după ce în prealabil cățelul s-a odihnit 30 min la locul desfășurării terapiei) și după 5 min de la terminarea ședinței, după ce câinii nu au mai primit recompense de mâncare. Pentru obținerea valorilor de control, stăpânii câinilor au fost instruiți să colecteze probe de salivă într-o zi în care câinii nu erau implicați în activități terapeutice (la trei zile după colectarea primelor probe). Pentru a scădea posibilele efecte ale mâncării sau ale exercițiului, stăpânii au fost instruiți să nu-și hrănească câinii cu o oră înainte și să evite exercițiile fizice grele sau neobișnuite în ziua respectivă. În plus, au fost măsurate variabile comportamentale asociate cu stresul la câini: lingerea buzelor, căscat, ridicarea labelor, scuturarea corpului. Rezultatele au arătat că nivelul de cortizol salivar în cazul câinilor de terapie nu a crescut de la pre-sesiune la post-sesiune, iar în ședințele 4 și 5 s-a observat chiar o scădere semnificativă în cortizol. Scăderea nivelului cortizolului în a 5-a sesiune a fost corelat cu comportamentele de lingere a buzelor și scuturarea corpului, aceste comportamente fiind considerate semnale de calmare, utilizate de animale pentru a rezolva situații de stres. Autorii au concluzionat că dacă animalele sunt lăsate să se miște liber, dacă primesc atenție pozitivă și recompense de mâncare într-un mediu închis, cu persoane familiare, nivelele de cortizol scad (Glenk et. al, 2014).

Un studiu foarte recent realizat cu ajutorul imagisticii prin rezonanță magnetică funcțională (fMRI), a urmărit studierea mecanismelor neurale care ar putea avea legătură cu conexiunea puternică dintre câine și om. Urmărind activitatea nucleului caudat ventral, Cook et al. (2016) au descoperit că laudele (recompensele verbale) pot reprezenta pentru câini o recompensă mai importantă chiar decât mâncarea. Nucleul caudat ventral a fost asociat la oameni cu diverse recompense, atât sociale, cât și financiare (Pauli et al., 2016 apud Cook et al., 2016). Experimentatorii au scanat activitatea cerebrală a cincisprezece câini, pe care i-au învățat să asocieze trei stimuli cu trei recompense: vizualizarea unei mașinuțe de jucărie timp de zece secunde era urmată de apariția stăpânului care lăuda câinele timp de trei secunde; vizualizarea unui cal de jucărie timp de zece secunde era urmată de primirea unei bucăți de hot-dog pe un băț, fără apariția unui om; iar după vizualizarea unei perii (tot pentru zece secunde), nu se întâmpla nimic. În experimentul I, fiecare câine a luat contact cu toți trei stimulii, aceștia fiind prezentați unul după celălat la un interval de 5–10 secunde pauză între ei; în experimentul doi, doar un sfert din aparițiile mașinuței au fost urmate de apariția stăpânului. S-a realizat și un al treilea experiment, ca testare comportamentală, urmărindu-se dacă câinele alege mai întâi stăpânul (care îi oferea laude și îl mângâia) sau mâncarea, având de străbătut un labirint în formă de Y. Rezultatele au arătat că pentru unii câini, recompensele sociale activau mai intens nucleul caudat ventral și reprezentau o prioritate. Pentru 13 din 15 participanți canini, recompensele sociale au avut o semnificație cel puțin egală cu mâncarea, ceea ce subliniază rolul important al interacțiunii pozitive din viața unui câine.

Experimentele realizate de Oliva et al. (2015) arată că performanța câinilor într-o sarcină de găsire a mâncării cu ajutorul indicațiilor stăpânului (prin gesturi non-verbale de arătare cu degetul) a fost mai crescută după administrarea de oxitocină intranazal versus administrarea unei soluții saline (situație de control). Performanța ridicată în sarcina de lucru s-a menținut 5–15 zile de la administrarea intra-nazală a oxitocinei. Se pare că administrarea de oxitocină nu are același efect la toate

rasele de câini, Kovács et al. (2016) descoperind că după administrarea intranazală, oxitocina a avut efecte mai mari în cazul rasei Border Collies față de rasa Huski Siberian, primii realizând mai mult contact vizual cu stăpânii și cu experimentatorii.

În concluzie, studiile de fiziologie și neurobiologie au adus o dovadă în plus a faptului că oamenii pot beneficia enorm în urma interacțiunii pozitive cu un animal, fie că este animalul propriu (de companie) sau un animal de terapie. Beneficiile interacțiunii om–animal apar și în cazul animalului, putându-se vorbi despre o sincronizare emoțională. Deși anumiți factori, precum stiluri de atașament diferite pot interfera cu gradul de interacțiune de care are nevoie fiecare fiecare individ uman și animal, conștientizarea și cunoașterea nevoilor interacționale ale fiecărei specii, precum și a potențialelor beneficii asociate cu interacțiunile pozitive, poate facilita instalarea unui nivel optim de comunicare om–animal. Martens et al. (2016) sunt de părere că multe dintre descoperirile relației om–animal au implicații și în relațiile interumane, în sensul că investigarea interacțiunii cu alte specii ne face să să înțelegem și în alte moduri natura umană și poziția acesteia în raport cu alte forme de viață.

## Referințe bibliografice

Buttner, A.P., Thompson, B., Strasser, R., & Santo, J. (2015). Evidence for a synchronization of hormonal states between humans and dogs during competition. *Physiology & Behavior*, *147*:54–62.

Bud, I., Jiboteanu, G., & Pașcalău, S. (2003). Omul și animalele de companie, Ed. Academic Press, Cluj-Napoca.

Bud, I., Vlădău, V.V. (2009). Cockerii. Creștere, înmulțire și dresaj. Ed. Risoprint, Cluj-Napoca.

Cook, P.F., Prichard, A., Spivak, M., & Berns, G.S. (2016). Awake Canine fMRI Predicts Dogs' Preference for Praise Versus Food. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, nsw102.

Handlin, L., Hydbring-Sandberg, E., Nilsson, A., Ejdebäck, M., Jansson, A., & Uvnäs-Moberg, K. (2011). Short-Term Interaction between Dogs and

Their Owners: Effects on Oxytocin, Cortisol, Insulin and Heart Rate – An Exploratory Study. *Anthrozoos: A Multidisciplinary Journal of The Interactions of People & Animals*, *24:*301–315.

Handlin, L., Nilsson, A., Ejdebäck, M., Hydbring-Sandberg, E., & Uvnäs-Moberg, K. (2012). Associations between the Psychological Characteristics of the Human–Dog Relationship and Oxytocin and Cortisol Levels. *Anthrozoos: A Multidisciplinary Journal of The Interactions of People & Animals*, *25*:215–228.

Hall, N.J., Liu, J., Kertes, D. and Wynne, C.D. (2016). Behavioral and Self-report Measures Influencing Children's Reported Attachment to Their Dog. *Anthrozoös*, *29*(1):137–150.

Harlinger, M. and Blazina, C. (2016). Exploring the Role of Playfulness with Canine Companions in Coping with Stress: How Men Are Impacted by Human–Animal Interaction Through Calling on a Memory of Play. In *Men and Their Dogs*, 151–173, Springer International Publishing.

Hayama, S., Chang, L., Gumus, K., King, G.R. and Ernst, T. (2016). Neural correlates for perception of companion animal photographs. *Neuropsychologia*, *85*:278–286.

Holbrook, M., Stephens, D., Day, E., Holbrook, S., & Strazar G. (2001). A collective stereographic photo essay on key aspects of animal companionship: the truth about cats and dogs. *Acad Market Sci Rev*, 1:1–17.

Horowitz, A. and Hecht, J. (2016). Examining dog–human play: the characteristics, affect, and vocalizations of a unique interspecific interaction. *Animal Cognition*, 1–10.

Kertes, D.A., Liu, J., Hall, N.J., Hadad, N.A., Wynne, C.D., & Bhatt, S.S. (2016). Effect of Pet Dogs on Children's Perceived Stress and Cortisol Stress Response. *Social Development*. doi: 10.1111/sode.12203

Kovács, K., Kis, A., Pogány, Á., Koller, D. and Topál, J. (2016). Differential effects of oxytocin on social sensitivity in two distinct breeds of dogs (Canis familiaris). *Psychoneuroendocrinology*, 74:212–220.

Martens, P., Amiot, C. & Bastian, B. (2016). People and Companion Animals: It Takes Two to Tango. *BioScience*, 66:552–560.

Miklosi, A. (2007). Dog Behaviour, Evolution, and Cognition. Oxford University Press, New York.

Odendaal, J.S.J. (2000). Animal-assisted therapy – magic or medicine? *Journal of Psychosomatic Research*, 48:275–80.

Odendaal, J.S.J., Lehmann, S.M.C., (2000). The role of phenylethylamine during positive human–dog interaction. *Acta Vet Brno*, 69:183–188.

Odendaal, J.S.J., Meintjes, R. A. (2003). Neurophysiological correlates of affliative behavior between humans and dogs. *The Veterinary Journal*, 165:296–301.

Oliva, J.L., Rault, J.L., Appleton, B. and Lill, A. (2015). Oxytocin enhances the appropriate use of human social cues by the domestic dog (Canis familiaris) in an object choice task. *Animal Cognition*, *18*(3):767–775.

Oliva, J.L., Rault, J.L., Appleton, B. and Lill, A. (2016). Oxytocin blocks pet dog (Canis familiaris) object choice task performance being predicted by owner-perceived intelligence and owner attachment. *Pet Behaviour Science*, (1):31–46.

Pop, D., & Rusu, A.S. (2016). Interacțiunea pozitivă om-câine și intervențiile asistate de animale aplicate in programele de dezvoltare socio-emoțională a copiilor cu autism In C. Costea (Ed.), *Abordare psiho-socială a dizabilității. Modele de evaluare și intervenție.* (pp. 79–94), Cluj-Napoca: Presa Universitară Clujeană.

Proyer, R.T. (2013). Playfulness over the lifespan and its relation to happiness : Results from an online survey. *Zeitschrift fur Gerontologie und Geriatrie*. 1–5.

Rehn, T. and Keeling, L.J. (2016). Measuring dog-owner relationships: Crossing boundaries between animal behaviour and human psychology. *Applied Animal Behaviour Science*. 183:1–9.

# 4. Elemente de medicină comparativă în definirea stării de bine a animalelor de companie în contextul interacțiunilor asistate de animale

***Ciprian A. Ober****

## 4.1. Introducere

Medicina comparativă reprezintă studiul proceselor asociate bolilor care apar la mai multe specii, cu precădere al celor care apar natural la animale și pot afecta sau afectează și specia umană. În context intelectual, denumirea de medicină comparativă s-a utilizat pentru a defini arena cercetării biomedicale destinate să descopere și să caracterizeze modelele animale pentru studiul afecțiunilor medicale umane (Bustad et al., 1976). Astfel de afecțiuni pot fi spontane, așa cum este de exemplu leucemia pisicilor sau coagulopatiile dobândite ale câinelui. Alternativ, un model animal poate reprezenta o condiție indusă care nu apar în mod natural, ci sunt induse în diferite contexte ale cercetărilor în laborator. Un exemplu îl reprezintă hrănirea porcilor sau a iepurilor cu diete bogate în colesterol pentru inducerea aterosclerozei, sau modificarea genomului la șoarece pentru a induce la nivelul creierului leziuni din afecțiunea Alzheimer. În context politic, medicina comparativă reprezintă un domeniu care include animale de laborator și servicii veterinare pentru un anumit tip de instituție ca întreg, cum este de exemplu școala medicală, universitatea sau compania farmaceutică. Acest nume este uneori adoptat de anumite instituții pentru a oferi o

* Facultatea de Medicină Veterinară, Universitatea de Științe Agricole și Medicină Veterinară Cluj-Napoca

imagine a departamentului mai sofisticată către investigatori sau administratori, ori să mascheze activitățile cotidiene pentru public sau activiștii protecției animalelor.

Mai recent, medicina comparativă se utilizează în cercurile academice veterinare ca termen unificator de evidențiere a similarităților bolilor și tratamentelor la animale și oameni. Aceste inițiative sunt de obicei limitate la speciile de animale domestice și de obicei sunt destinate unor cercetări de specialitate, gen dermatologie comparativă sau oftalmologie comparativă. Aceste utilizări terminologice, precum și alte utilizări similare înguste ale termenului pot ascunde beneficiile substanțiale ale medicinii comparative înțeleasă în sensul cel mai literal și universal. Astfel, ar trebui să nu existe diferențe între animalele humanoide și non-humanoide în ceea ce privește sursele de cunoaștere. De asemenea, considerăm în acest capitol că ar trebui să existe un flux al cunoașterii unidirecțional, convențional, de la modele animale spre om. Vasta literatură medicală a speciei umane poate oferi modele excelente pentru înțelegerea comportamentelor și funcționării anatomo-fiziologice a animalelor, cu atât mai mult cu cât în zilele noastre deținătorii de animale de companie sunt dispuși să investească în intervenții medicale sofisticate. Animalele suferă de multe dintre afecțiunile cronice care se întâlnesc la om, cum sunt de exemplu cancerul, diabetul, astmul și artritele. Unele dintre afecțiuni au fost semnalate la animale cu mult înaintea descrierii acestora la om. De exemplu, insuficiența cardiacă indusă de frică a fost descrisă la animale sălbatice cu 30 de ani înaintea semnalării la om (JAVMA News, 2008).

Ca dimensiune temporală, conceptul de medicină comparativă este unul foarte vechi. Grecii antici au înțeles că disecțiile și studiul animalelor pot oferii indicii importante pentru înțelegea bolilor omului (Olsson, 1969). De la Galen la William Harvey, studiile de anatomie și fiziologie comparativă au adus aporturi însemnate în medicină. Frederick Banting și Charles Best au reușit prin astfel de studii să descopere insulina (Lyons & Petrucelli, 1978). Sistemul musculo-scheletal este în mod particular foarte potrivit pentru studii de medicină

comparativă, afecțiunile acute și cronice ale oaselor și articulațiilor având aceleași mecanisme la animale și om. Informațiile obținute din studiile pe o anumită specie pot fi extrapolate la altă specie, avansând spre înțelegerea și stabilirea diagnosticului și planurilor de terapie.

La începutul anilor '30, cercetările din domeniul ortopediei comparative au încorporat conceptul „*o singură sănătate*" (*engl. One Health*). Otto Stader, medic veterinar de animale de companie a abordat medicina comparativă prin dezvoltarea primului fixator extern (fixatorul Stader) pentru a stabiliza fracturile la câine. În timpul celui de-al doilea război mondial, chirurgii din marină au îmbunătățit tratamentul fracturilor soldaților prin încorporarea abordării Stader. În anii 40 și 50, Jacques Jenny, chirurg veterinar, a efectuat prima începuire intramedulară la animale, strategie care a îmbunătățit semnificativ remedierea fracturilor la cal și om. În 1966, Sten-Erik Olsson și John L. Marshall, ambii fiind absolvenți de medicină de oameni și veterinară, au fondat primul laborator dedicat cercetărilor de ortopedie comparativă în cadrul Spitalului de Chirurgie Specială din New York. În secolul 21 există laboratoare de ortopedie comparativă peste tot în lume, utilizând atât cercetări de medicină comparativă cât și translațională, acest efort fiind destinat îmbunătățirii modalităților de diagnostic, a strategiilor de prevenție și terapie și a înțelegerii mecanismelor bolilor. Cercetările comparative au dus la progrese majore în fixarea fracturilor, protezărilor articulare totale și restaurării cartilajelor atât în medicina veterinară cât și în cea a omului (Cook & Arnoczky, 2009).

În fiecare lună sunt detectate mii de forme de cancer spontan la câine și pisică. Atâta timp cât aceste afecțiuni sunt diagnosticate prin examene histopatologice, urmate de scheme de terapie, se pune întrebarea de ce nu ar putea reprezenta valori latente pentru cercetarea biomedicală? Cu avantajele genomicii și a markerilor celulari tumorali, este posibil în zilele noastre ca aceste populații celulare să fie analizate în manieră trans- și multidisciplinară. De exemplu, expresia genelor profile microaranjamente poate identifica care gene candidate sunt

activate sau supresate în cursul chimioterapiei în cadrul osteosarcoamelor la câinii de talie mare sau limfoamelor la pisică. De asemenea, s-a demonstrat că analizele genomice ale tumorilor oferă un prognostic de mai mare acuratețe pentru unii pacienți umani (Nutt et al., 2003). Câinii și oamenii au gene similar care sunt implicate în agresivitatea tumorilor și răspunsul la terapie, secvențele genomului la căine și om fiind aproximativ 80% identice (Kirkness et al., 2003; Pennisi, 2004). În contextul medicinii comparative, oamenii pot oferi uneori modelul cel mai bun pentru celelalte specii. Există multe alte modalități de aplicare a abordării literale a medicinii comparative. Astfel, școlile sau asociațiile veterinare pot găzdui alte organizații pentru a demonstra cum afecțiuni ale speciilor non-humanoide sunt diagnosticate și tratate.

Departamente de animale de laborator din marile centre medicale pot servi ca portaluri prin care specialiștii veterinari învață de la omologii lor despre noutățile din medicina omului. Un exemplu îl reprezintă un dispozitiv de monitorizare a valorilor fiziologice (LifeShirt, VivoMetrics www.vivosense.com) care înregistrează digital algoritmul respirației, postura și parametri cardiovasculari, neimplicând nicio abordare chirurgicală de implantare sau vreo conexiune cu vreun echipament de laborator. LifeShirt se utilizează ca monitor ambulator pentru pacient pentru a caracteriza mai bine tulburările somnului, afecțiunile pulmonare, autismul, precum și condiția fizică în cadrul muncilor extenuante (Alpert, 2005). Cercetătorii de la Massachusetts General Hospital, SUA, evaluează neinvaziv acest dispozitiv în cadrul speciilor mari de laborator pentru evaluarea revenirii din anestezie sau eficienței analgezicelor și terapiei afecțiunilor comportamentale (Niemi, 2006).

Programele postdoctorale în sfera medicinii animalelor de laborator care combină rezidențiatul clinic cu cercetarea independentă pot servi de asemenea ca modele pentru alte specializări din specialități veterinare din cadrul științelor biomedicale. Disciplinele unde se cere mult mai multă centrare a atenției pe animale de laborator sunt anesteziologia, radiologia, terapia intensivă, nutriția clinică și etologia. Un număr însemnat de spitale universitare dețin astăzi echipamente ima-

gistice de înaltă performanță care se utilizează la om și animale de experiență. Aceste echipamente nu sunt de obicei la îndemâna practicienilor veterinari, dar se utilizează tot mai mult și la animalele de companie. Aceste elemente sunt foarte atractive în contextul medicinii comparative, mai ales atunci când astfel se identifică afecțiuni similare dintre animale și om. Astfel, parteneriatul dintre medicii veterinari practicieni și universități care dețin astfel de echipamente nu poate fi decât salutar.

Varietatea de posibile scenarii în care medicina comparativă poate fi extinsă nu poate fi limitată decât de imaginația unei singure persoane. Doctrina centrală rămâne faptul că medicina comparativă poate fi, spre beneficiul multora, mai mult decât este ea practicată astăzi. În ultimele trei decade, interesul cu privire la calitatea vieții animalelor a crescut considerabil (Jenney, 1997).

Calitatea vieții este centrată virtual pe toate aspectele bunăstării și îngrijirii animalelor, cu precădere pe starea de sănătate. Acest lucru include selectarea tipului de tratament, dacă este nevoie de tratament precum și analiza eficienței tratamentului. Pentru a se cerceta care este utilizarea termenului de calitate a vieții la animale, s-au consultat baze de date, de exemplu The National Library of Medicine's MEDLINe și Veterinary Information Network. S-au ales 33 de articole care conțin termenul de calitate a vieții în contextul medicinii veterinare (McMillan, 2000). În toate lucrările, termenul de calitate a vieții reprezintă un factor important al sănătății, dar nu a fost definit în niciun articol, unii autori chiar utilizând alți termeni cu aceeași semnificație sau una comparabilă. Toți termenii alternativi referitori la starea de sănătate au inclus absența semnelor clinice de boală (Padrid & Amis, 1992), diminuarea manifestărilor clinice ale bolii (Moore, 1996), normal versus bolnav (Johnson et al., 1987), diminuarea durerii și îmbunătățirea funcțiilor (Siegel și Cronin, 1997). Din 11 rapoarte cu privire la calitatea vieții, completate de către deținătorii de animale, doar într-unul se pomenește de un sistem de gradare (Johnson et al., 1987): excelent (normal), bun (de obicei normal), slab (de obicei bolnav) și foarte slab (întotdeauna bolnav).

Într-un alt raport, calitatea vieții a fost apreciată prin foarte slabă, slabă, rezonabilă, bună sau foarte bună (Watson și Herrtage, 1998). În alte două lucrări, calitatea vieții a fost apreciată ca excelentă, bună, satisfăcătoare sau slabă (Slater et al., 1996; Smith et al., 1995). Trei articole discută calitatea vieții ca fiind factor cu contribuție decisivă în eutanatsie (Slater et al., 1996; Mallery et al., 1999; Watson și Herrtage, 1998).

Analiza literaturii de specialitate sugerează că termenul de calitate a vieții în medicina veterinară poate fi redus la următoarele situații: termenul este utilizat, dar nu este definit; autorii consideră că indivizii care utilizează termenul știu ce înseamnă dar lasă evaluatorii să definească conform criteriilor acestora; criteriile de definire și măsurare sunt rareori descrise; de cele mai multe ori termenul vizează sănătatea și boala, confundându-se adesea cu statusul de sănătate; termenul este folosit în contextul aprecierii eficienței terapiei; termenul este folosit pentru a aprecia dacă un animal trebuie sau nu eutanasiat.

Calitatea vieții reprezintă astfel un concept foarte vast și complex. Potențialele beneficii ale aprecierii calității vieții sunt bine acceptate, dar încă nu există un consens cu privire la definiție și la factorii care influențează (Glaser și Walker, 1995). Ca și conceptul de „fericire", calitatea vieții reprezintă unul dintre acei termeni care se pot înțelege intuitiv, dar care de fapt definesc descrieri succinte și directe (Slevin, 1992). Sunt numeroase modele pentru conceptul de calitate a vieții, dar acestea diferă substanțial în ceea ce privește structura conceptului (Hunt, 1997). În absența unei definiții operaționale bine definite, cercetătorii au abordat subiectul prin identificarea componentelor (de obicei denumite „domenii") pentru a fi incluse și măsurate (Gill și Feinstein, 1994). În limbajul de zi cu zi, la fel ca și în știință, literatură sau filosofie, sunt utilizați câțiva termeni în evaluarea naturii subiective a vieții unui individ (Musschenga, 1997). Calitatea vieții este strâns relaționată de alte concepte cum sunt bunăstarea, fericirea, îngrijirea, satisfacția în viață sau mulțumirea. Prezentăm mai jos câteva dintre caracteristicile calității vieții, așa cum sunt acestea vehiculate în literatura de specialitate.

## 4.2. Caracteristici ale calității vieții – Noțiuni de bază pentru includerea animalelor în interacțiuni terapeutice

*1. Experiența subiectivă:* Calitatea vieții se referă la o stare a minții, aceasta reprezentând o experiență conștientă, subiectivă, mentală. Indiferent cum sunt categorisite și analizate componentele și condițiile pentru calitatea vieții sau ce factori (fizici sau emoționali) contribuie la calitatea vieții, aceasta se consideră că poate avea însemnătate doar atunci când este considerată o experiență mentală conștientă.

*2. Rolul afectelor:* Afectele (emoții subiective) joacă un rol proeminent în toate interpretările despre calitatea vieții animalelor. Omul și animalele non-humanoide par a experimenta afecte în timpul vieții de zi cu zi, toate părând a avea calitate hedonică (de plăcere sau neplăcere). Astfel, afectul contribuie plăcut sau neplăcut la baza continuă a experienței personale (Diener & Larsen, 1993). Când oamenii își apreciază calitatea vieții, procentul plăcerilor sau neplăcerilor joacă un rol central, studiile evidențiind faptul că stările asociate plăcerilor sunt unii dintre cei mai buni predictori ai satisfacției în viață (Diener și Larsen, 1993). Deci, definiția calității vieții va include conceptul de plăcere emoțională. Mai specific, o calitate mai bună a vieții se referă preponderent la plăceri mai degrabă decât la neplăceri în viața unui individ. Afectul pare a deține rolul central în calitatea vieții, astfel încât orice factor care nu are influență asupra afectului nu este relevant pentru calitatea vieții. De exemplu, boala are impact asupra calității vieții deoarece îi sunt asociate stări de disconfort (Gropper, 1992). Problemele de sănătate și dizabilitățile au impact asupra calității vieții dacă afectează emoțiile, confortul și plăcerile. Deoarece afectul variază nu doar între indivizi, dar inclusiv în cadrul aceluiaș individ în diferite circumstanțe, nu sunt demarcații clare în continuumul caltății vieții unde acest concept este „satisfăcător" (sau „acceptabil", „rezonabil", „bun") sau unde este inacceptabil.

*3. Natura individuală a calității vieții:* La om, calitatea vieții este determinată de natura experiențelor individuale, de calitatea și semnificația acestora (Stewart et al., 1999). Preferințele idividuale, valorile și nevoile care derivă din unicitatea genetică și experiențele personale, face ca fiecare individ să asocieze valori și priorități diferite în diverse aspecte ale vieții. Așa încât, pentru o persoană, compania socială spre exemplu poate fi mai importantă decât sănătatea, în timp ce pentru altă persoană este invers. Aceste prioritizări ale valorilor și preferințelor diferă în multe aspecte în funcție de individ; de aceea, componentele calității vieții vor avea valori diferite pentru fiecare om sau animal (Hunt, 1997).

Există deja un consens general privind aprecierea calității vieții din perspectiva individului, încorporând valorile și preferințele acestuia (Osoba, 1994). Oricum, pătrunderea în interiorul perspectivei pacientului nu este mereu ușoară. De exemplu, în medicina pediatrică a omului, este foarte dificil să obții cu acuratețe elemente despre perspectiva copilului sau să determini care dintre dimensiunile sănătății sunt cele mai importante și cum interferează cu valorile individuale ale copilului (Jenney și Campbell, 1997). În medicina veterinară, problema este mult mai complexă, pacienții aparținând altei specii. Cu toate acestea, principiile de apreciere ale calității vieții din punct de vedere al pacientului sunt cele mai importante. Din fericire, metodele noi de cercetare oferă noi elemente despre preferințele și valorile intrinseci ale animalelor (Rushen, 1996; Dawkins, 1990).

*4. Confort și disconfort:* Un loc central în natura subiectivă a calității vieții îl ocupă statusul afectiv manifestat prin confort și disconfort. Acest status reprezintă un continuum de emoții, care se regăsesc în intervalul confort–disconfort sever. Continuumul confort–disconfort cuprinde o parte majoră a emoțiilor plăcute și neplăcute care contribuie la calitatea vieții. Termenul confort se referă la statusul mental asociat cu satisfacțiile, fără sau cu nivel de disconfort minim (Kolcaba și Kolcaba, 1991). Disconfortul, de cealaltă parte, cuprinde fiecare emoție neplăcută, dezagreabilă sau orice afect negativ. Sursele disconfortului

pot fi de natură fizică (ex, sete, foame, boală, vezică urinară plină, prurit, temperaturi extreme, durere) sau emoțională (ex, frică, anxietate, singurătate, frustrare, supărare, plictiseală). Suferința exprimă disconfort de intensitate extremă sau prelungită (DeGrazia, 1996).

5. *Nevoile:* Nevoile constituie o componentă fundamentală a calității vieții unui individ. Unii cercetători consideră că nevoile sunt fundamentul de bază al aprecierii calității vieții. La animale, satisfacerea nevoilor fundamentale a fost considerat aspectul cel mai important aspect al stării de bine. Dresser (1988) a sugerat faptul că starea de bine a animalelor implică satisfacerea nevoilor fiziologice, de securitate și de comportament. Nevoile sunt în general interpretate ca reprezentând cereri pentru funcționalitate normală. La orice animal, nevoile de bază trebuiesc satisfăcute pentru ca acesta să își mențină homeostazia fizică și psihologică (Clark et al., 1997). Nevoile fizice au fost mai facil de identificat decât cele psihologice, bineînțeles datorită naturii subiective a celor din urmă. Hurnik (1988) a definit nevoile ca fiind cererile fiziologice ale unui organism pentru ca acesta să se dezvolte normal, să se mențină sănătos categorizând nevoile ca fiind susținătoare a vieții, susținătoare a sănătății și susținătoare a confortului. Satisfacerea nevoilor nu este identică cu satisfacerea dorințelor și așteptărilor (Hurnik, 1988). Aspirațiile și așteptările sunt acele lucruri pe care un individ preferă să le aibă, dar nu sunt neapărat necesare pentru funcționare. Odendaal (1994) a sugerat faptul că, pentru o calitate a vieții acceptabilă, unui animal trebuie să i se satisfacă nevoile bazale. Modificând puțin definițiile anterioare (Dawkins, 1990; Hurnik, 1988), putem spune că, pentru un animal, o nevoie reprezintă ceva ce duce la disconfort sau amenințare asupra vieții sau stării de bine, în cazul în care nevoia nu este satisfăcută. Astfel, satisfacerea nevoilor va diminua disconfortul sau amenințările asupra stării de bine, având astfel rol dominant asupra calității vieții. O dorință (așteptare) reprezintă ceva ce va genera plăcere. Având în vedere numărul mare de stimuli care pot fi asociați cu plăcerea, o dorință nesatisfăcută nu va genera disconfort total, iar

îndeplinirea tuturor dorințelor nu este neapărat necesară pentru standard ridicat al calității vieții.

6. *Controlul:* Foarte multe cercetări la oameni au demonstrat faptul că percepția controlului este unul dintre cei mai importanți factori care contribuie la calitatea vieții (Averill & More, 1993; Mench, 1998). Percepția controlului asupra vieții și circumstanțelor cuiva este unul dintre cei mai realiști predictori ai emoțiilor pozitive ale stării de bine la om (Diener și Larsen, 1993). Controlul pare a avea și o influență importantă asupra stării de bine emoțional și a sănătății la animale (Russel, 1979). Înțelegerea noastră despre cum simțul controlului contribuie la starea de bine emoțională la animale o avem din cercetările asupra conceptului de neputință învățată/ neajutorare dobândită. Studiile în care s-au folosit șocuri electrice, cu animale care au avut sau nu control asupra evadării de la șocuri, au evidențiat efecte diferite ale controlului, concluzia studiului fiind faptul că, controlabilitatea stimulilor externi aversivi reprezintă o valoare fundamentală a stării de bine emoționale. În timp ce nu s-au evidențiat modificări psihologice la animalele care au avut control asupra șocurilor, animalele subiecte ale sesiunilor repetate de șocuri și-au dezvoltat în timp un status mental de neputință învățată, în care pur și simplu și-au stopat toate eforturile de a scăpa, stând pasiv la șocuri. Neputința se referă la percepția unei persoane că nu deține control asupra mediului său, fiind o condiție debilitantă emoțional (Seligman, 1975). Un status emoțional depresat (neputința învățată este adesea utilizată ca model al depresiei umane) va fi generalizată asupta întregii experiențe de viață, un animal întors spre o astfel de stare fiind incapabil de a face față, inclusiv în situațiile de rutină din viață, cum sunt competiționarea pentru hrană sau evitarea agresiunii sociale (Seligman, 1975). Efectele emoționale rezultate din lipsa controlului pot contribui substanțial la disconfort în experiența subiectivă individuală. Un simț al controlului pare a fi de importanță critică pentru confortul și statusul emoțional al plăcerii. Contrar, simțul pierderii controlului poate duce la creșterea afectelor neplăcute. În

medicina omului, oferirea speranței și a simțului controlului joacă un rol prioritar în ajutorarea persoanelor (Slevin, 1992). Chiar și atunci când efectul terapiei sau șansele de supraviețuire sunt minime, asigurarea unui simț al controlului unei persoane asupra afecțiunii poate avea efect substanțial în felul cum sunt exprimate simtomele (Slevin, 1992). Restaurarea unui simț al controlului asupra propriei vieți, este astăzi prioritar în îngrijirea bolnavilor (Slevin, 1992).

*7. Relațiile sociale:* La animalele sociale, emoțiile cu relevanță în comunicarea socială par a fi evoluat pentru a promova legături, afilieri, relații și a motiva restabilirea contactelor atunci când indivizii devin separați (Russell, 1979). Mediate de opioide endogene (Panksepp et al., 1980) și oxitocină (Page, 1999), legăturile sociale par a fi asociate cu emoții plăcute, iar separarea și izolarea cu emoții neplăcute. Dacă relațiile sociale sunt distruse sau prejudiciate, se activează un număr de afecte neplăcute care vor motiva animalul să reconsidere și să caute refacerea interacțiunile sociale. Distrugerea legăturii mamă-pui la mamifere este asociată cu un răspuns emoțional intens la copiii (anxietate sau stres de separare) care promovează reuniunea (Voith și Borchelt, 1985). Stresul de separare este întâlnit și la animalele adulte de companie când acestea sunt separate de un individ uman cu care ele au stabilit legături sociale sau atașamente (Voith și Borchelt, 1985). Astfel, afectele puternice asociate cu relațiile sociale au potențial substanțial de a influența calitatea vieții.

*8. Sănătatea:* Este cea mai documentată componentă, cea mai bine înțeleasă și unanim acceptată ca factor esențial în calitatea vieții. este și motivul pentru care adesea se pune semnul egal între sănătate și calitatea vieții. Boala are efecte asupra calității vieții din mai multe direcții. Disconfortul asociat bolilor (Voith și Borchelt, 1985) contribuie la inițierea afectelor negative în cadrul experiențelor individuale subiective, și abandonarea acestor afecte reprezintă principalul motiv pentru care persoanele caută îngrijirea medicală (Gropper, 1992). Injuriile fizice și dizabilitățile asociate bolilor au potențialul de a induce

disconfort și limite în experiențierea oportunităților plăcute, a statusului afectiv, influențând negativ calitatea vieții.

*9. Stresul:* Este foarte dificil să fie abordată comprehensiv această componentă. McMillan (2000) consideră că stresul contribuie la calitatea vieții prin asocierea cu statusul afectiv de disconfort cum este teama, anxietatea, durerea, singurătatea și plictiseala, iar răspunsul clasic la stresul psihologic implicând activarea axei hipotalamo-pituitaro-adrenală poate sau nu juca rol în calitatea vieții. Orice reacție de stres care operează sub nivelul conștienței și nu influențează direct sau indirect emoțiile animalului, nu are relevanță deosebită pentru calitatea vieții. Oricum, stresul poate avea efect indirect asupra calității vieții, spre exemplu prin efectele adverse asupra sănătății somatice (McMillan, 1999), care generează disconfort (McMillan, 1999). Cel mai important aspect al stresului în contextul calității vieții pare a fi abilitatea animalului de a răspunde necesităților mediului și de a face față eficient la stimuli provocatori și aversivi. capacitatea de a face față pare a fi factorul cu cea mai mare corelație în privința impactului stresului asupra stării de bine emoțional (Novak și Suomi, 1988) și a sănătății fizice (Seligman, 1975). Nivelul stării de bine a unui animal poate fi mai bine reflectat prin felul în care animalul face față stresului pe care îl experimentează, decât în cât de mult stres întâlnește de fapt (Novak și Suomi, 1988).

## 4.3. Domeniile calității vieții

Calitatea vieții reprezintă o experiență multimodală în viziunea multor cercetători și specialiști (Sprangers & Aaronson, 1992), fiind văzută ca o compilație de domenii și dimensiuni (Eiser, 1997). Un domeniu reprezintă o concentrare particulară a atenție, cum este de exemplu funcționarea psihologică sau socială (Gill și Feinstein, 1994; Sprangers și Aaronson, 1992). O dimensiune este în general considerată o componentă a unui domeniu. De exemplu, domeniul funcționării fizice poate include dimensiunea mobilității și forței fizice (Jenney, 1997).

Cele trei domenii de bază ale calității vieții care au fost identificate și discutate cel mai mult la om sunt funcționalitatea fizică, psihologică și socială (Sprangers și Aaronson, 1992). Diferite modele prezintă dimensiuni de bază pentru aceste domenii. De exemplu, un model dezvoltat pentru calitatea vieții la persoanele cu retard mental include opt dimensiuni de bază (Schalock, 1996). Un alt model dezvoltat pentru copii cu cancer include 19 domenii (Bradlyn, 1995).

Dificultăți majore în abordarea calității vieții au fost însă întâlnite atunci când s-a dorit determinarea domeniilor specifice ale calității vieții la animalele non-humanoide. Deoarece calitatea vieții la diferite specii apare ca fiind preponderent bazată pe emoții plăcute versus neplăcute și cunoscându-se faptul că disconfortul denotă toate emoțiile neplăcute, putem concluziona că cerințele de bază pentru o calitate crescută a vieții implică lipsa relativă a disconfortului (Diener și Larsen, 1993; Mench, 1998). Oricum, diada confort/disconfort cuprinde doar o parte a componentei afective din cadrul calității vieții. Toate modelele dezvoltate pentru om includ experiențele plăcute ca fiind componente importante ale calității vieții. Pentru om și animale, o viață confortabilă poate fi satisfăcătoare și mulțumitoare, dar nu reflectă neapărat optim calitatea vieții. Ca exemplu, considerați doi câini cu nivele similare de confort, unul având însă suplimentar parte de experiențe plăcute cum sunt plimbarea frecventă prin parc, multe perioade de joacă, mulți oameni cu care interacționează și mâncare delicioasă din abundență. Rămâne puțină îndoială cu privire la care din cei doi câini se întâlnește o calitate a vieții superioară.

### *Modelului domeniului calității vieții cu două componente la animale*

Mc Millan (2000) susține faptul că, la animale, calitatea vieții este formată exclusiv din afecte. dacă ceva nu influențează (direct sau indirect, în prezent sau în viitor) afectele, atunci nu este relevant pentru calitatea vieții. Ca rezultat, McMillan consideră modelul cu două două componente (confort/disconfort și plăcere) poate fi dezvoltat pentru

aprecierea calității vieții la animale. Domeniul confort/disconfort încorporează statusul afectiv al disconfortului, care poate fi de origine fizică sau emoțională. Disconfortul de origine fizică include condiții cum sunt boala, durerea, starea de greață, pruritul, hipoxia, setea, foamea, constipația, temperaturile extreme. Disconfortul de origine emoțională include teama, anxietatea, plictiseala, frustrarea, singurătatea, separarea, depresia, neajutorarea. Domeniul plăcerilor include statusul afectiv care poate avea origine fizică sau emoțională. Originea fizică include elemente cum sunt de exemplu plăcerea gustului. Emoțional, include compania socială și stimularea mentală. Pe baza domeniului propus mai sus de McMillan, se poate emite următoarea definiție a calității vieții la animale: calitatea vieții reprezintă un continuum experențial multidimensional. Acesta include aranjamente afective, incluse larg în sfera confortului/disconfortului și plăcerilor. În general, cu cât mai multă plăcere și mai puțină neplăcere, cu atât mai multă calitate a vieții. Calitatea vieții este o experiență individuală unică, fiind apreciată și măsurată în context individual.

## 4.4. Măsurarea calității vieții

Măsurarea calității vieții s-a lovit de foarte multe controverse și dezbateri la om, nefiind găsit un consens general privind cea mai bună metodă de evaluare. Metodele cele mai utilizate includ chestionare cu aprecieri personale, dar, datorită naturii subiective preponderente, calitatea vieții rămâne greu de cuantificat (Stephens et al., 1997). Cel mai adesea, calitatea vieții se măsoară prin instrumente care pot conține întrebări simple de tip scale Likert, de exemplu „cum îți apreciezi calitatea vieții?" sau itemi multipli. S-au standardizat un număr relativ însemnat de instrumente menite să aprecieze calitatea vieții la oameni. Cele mai multe sunt concepute să genereze un singur scor global (Hunt, 1997). Oricum, oricât de logice apar aceste scoruri, înțelesul lor profund rămâne subiect de dezbatere (Hunt, 1997).

***Măsurarea obiectivă și subiectivă***

Măsurarea calității vieții necesită cuantificarea unui fenomen subiectiv. Datorită dificultăților inerente generate de acest aspect, multe dintre studiile referitoare la calitatea vieții la om au fost direcționate spre includerea unor indicatori obiectivi care să reflecte statusul subiectiv la pacienților (Fowler, 1999). Astfel de exemple ce includ criterii obiective sunt: nivelul de activitate, funcționalitatea fizică, indicii fiziologici sau de boală, apetitul, suportul social și interacțiunile. Criteriile subiective implică felul în care individul experimentează emoțional diferite aspecte din viață (de exemplu, sănătatea, compania) și viața în general. Instrumentele destinate să măsoare criterii obiective sunt mai atractive pentru cercetare, deoarece cuantifică cu mai mare ușurință itemii măsurați. În contrast cu măsurătorile subiective, evaluările obiective permit standardizare și oferă un punct de ancoarare care poate fi comparat între studii (Li et al., 1998). Mai mult, pentru indivizii care nu pot oferi date despre trăirile interioare subiective, cum sunt copiii nounăscuți, persoanele cu dizabilități sau animalele, criteriile obiective reies adesea ca reprezentări ale stărilor subiective din cadrul calității vieții. Relația dintre aprecierile obiective și subiective a fost studiată la om (Slevin, 1992; Li, 1998), iar rezultatele sugerează că există o discrepanță între statusul vieții obiective și satisfacțiile vieții subiective la unii indivizi, obligând ca atât criteriile obiective cât și cele subiective să fie apreciate în cadrul studiilor privind calitatea vieții.

***Măsurări individuale***

Măsurarea calității vieții din perspectiva individuală este problematică atunci când pacientul este incapabil să ofere informații de primă mână privind trăirile subiective, cum ar fi: nou-născuții, copiii, persoanele cu dizabilități sau persoanele cu diagnostic de boli severe. Cercetătorii nu au dorit să excludă astfel de persoane din studiile privind calitatea vieții, astfel încât au elaborat instrumente care să colecteze informații din surse apropiate alternative, cu sunt de exemplu de la

părinți, parteneri, soți, îngrijitori sau rude. Din cauza barierelor de comunicare, informații subiective privind calitatea vieții la animalele non-humanoide, cu câteva excepții (Rushen, 1996; Dawkins, 1990) vin din alte surse decât de la animalele propriu-zise. Astfel, măsurătorile venite de la surse apropiate au implicații foarte importante în aprecierea calității vieții la aceste specii. Apare astfel întrebarea: cu câtă acuratețe se face aprecierea calității vieții de către persoanelor din proximitate? Acest lucru s-a studiat foarte mult la adolescenți și adulții umani prin compararea datelor provenite din surse apropiate cu datele obținute de la pacienții în sine. Provocările asociate aprecierii calității vieții la pacienții pediatrici umani sunt diferite de cele asociate aprecierii la adulți și aproape paralel cu cele de la animale. Copiii nu dispun de abilități cognitive și lingvistice pentru a oferi informații directe sau preferințe legate de anumite aspect ale calității vieții (Pal, 1996). În plus, copiii au adesea priorități foarte diferite față de adulții îngrijitori (Glaser, 1995), elemente ce complică evaluările calității vieții oferite de persoanele din proximitate, acestea neîmpărtășind rețelele mentale ale copilului cu privire la interese, dorințe sau nevoi (Eiser, 1997). Numeroase studii oferă evidențe clare care sugerează că răspunsurile părinților se corelează puțin cu percepțiile copiilor pe care îi reprezintă (Fink, 1989; Pantell, 1987). Este bine documentat faptul că faptul că există un acord slab între copii și părinți cu privire la aprecierea experiențelor private, cum sunt emoțiile și statusul afectiv, indiferent dacă copilul este bolnav sau sănătos (Achenbach, 1987).

***Măsurarea calității vieții la animale***

Criteriile pentru măsurarea calității vieții la animale sunt foarte puține. Deși s-a scris puțin despre calitatea vieții la animale, s-a vorbit și scris mult despre concepte care par a fi foarte apropiate, cum sunt starea de bine (Clark et al., 1997; DeGrazia, 1996; Myers, 1992; Diener & Larsen, 1993; Averill & More, 1993; Novak & Suomi, 1988), îngrijirea (Musschenga, 1997), fericirea (Clarck et al, 1997; Novak și Suomi, 1988), satisfacția vieții (DeGrazia, 1996; Myers, 1992; Averill & More,

1993) și mulțumirea (Novak & Suomi, 1988). Aceste concepte se suprapun peste cel de calitate a vieții, așa încât tot ceea ce s-a propus pentru măsurarea lor poate fi considerat ca relevant și aplicabil conceptului de calitate a vieții. Criteriile de apreciere specifice au fost incluse în diferite categorii, incluzând factori comportamentali (Novak & Suomi, 1988 Clark et al., 1997; Duncan, 1981), comportament și preferințe normale și anormale, factori neurochimici și endocrini (Clark et al., 1997; Duncan, 1981), sănătate (Novak & Suomi, 1988; Clark et al., 1997), funcționalitate fizică și dizabilitate (Clark et al., 1997), imunitate (Clark et al., 1997; Duncan, 1981), modificări morfologice (Clark et al., 1997) și imagistica creierului (Clark et al., 1997).

Ținta măsurării calității vieții animalelor din perspectiva animalelor este încă departe de atins. Sunt atât de multe diferențe între specii, sexe, rase, grupuri de vârstă și indivizi privind preferințele, nevoile, valorile sau sursele de disconfort și plăcere. Cu tehnici noi de cercetare a comportamentului animal, cum ar fi testarea preferințelor – Clark et al. (1997), aversiunea învățată – Rushen (1996), analiza curbei necesităților – Dawkins (1990), se oferă ferestre spre emoții subiective, astfel încât sentimentele private ale animalelor nu mai par atât de inaccesibile. Instrumentul ideal de măsuarare a calității vieții trebuie să se adreseze tuturor surselor de confort/disconfort și plăcere în selectarea itemilor de evaluare și să fie capabil să obțină informații despre magnitudinea statusului afectiv.

## 4.5. Aplicații clinice ale măsurării calității vieții la animale

În absența unui instrument valid de măsurare a calității vieții la animale, aplicațiile clinice ale măsurării acesteia trebuie să fie ghidate de principii generale, mai degrabă decât de un scor numeric precis (a se vedea *Anexa 1 – Evaluare medicală a câinilor de terapie CanineLink*). Pe cât posibil, se recomandă să fie apreciate toate afectele plăcute sau neplăcute și categorisite într-un ansamblu capabil să reflecte cât

mai realist calitatea vieții. Aceasta trebuie apreciată din informații cu privire la indivizi în parte (nevoi personale, dorințe, preferințe). Este de preferat ca informațiile să fie oferite de persoane din proximitate care știu cel mai bine preferințele animalelor, personalitatea și natura acestora.

Aplicațiile și valoarea potențială a aprecierii calității vieții la animale sunt vaste, exemple fiind medicina clinică, determinarea standardelor minime de îngrijire a animalelor, practicile de reproducere (animale de companie și de fermă), creșterea intensivă, utilizarea animalelor în spectacole sau cercetări de laborator, terapia și activitățile asistate de animale. Cu valoare particulară este măsurarea calității vieții în situații de tratamente inadecvate, abuz sau neglijențe. Unul din cele mai importante obiective în cercetarea calității vieții la animale este determinarea factorilor referitori la statusul afectiv de disconfort și plăcere, pentru a se stabili cum acești factori variază între specii, rase, sexe, vârste sau indivizi. Este de asemenea necesar să se dezvolte și valideze instrumente de măsurare din proximitate a calității vieții din perspectiva animalului. Aprecierile calității vieții trebuie incluse în tratamentele medicale, unde strategiile de maximizare a calității vieții trebuie avute în vedere. Toate provocările dificile din prezent necesită o colaborare multidisciplinară între medici veterinari, etologi, psihologi, neurobiologi, patologi și epidemiologi (Clark et al., 1997). Efortul concentrat pentru înțelegerea calității vieții oferă cea mai mare oportunitate de ameliorare a vieții animalelor la care ținem atât de mult.

## Referințe bibliografice

Achenbach, T.M., McConaughy, S.H., Howell, C.T. (1987). Child/adolescent behavioral and emotional problems: implications of cross-informant correlations for situational specificity. *Psychol Bull*, 101:213–232.

Alpert, M. (2005). Every breath you take. *Sci Am*, 292:94–96.

Averill J.R., More, T.A. (1993). Happiness. In: Lewis M, Haviland JM, eds. *Handbook of emotions*. New York: The Guilford Press, 617–629.

Bradlyn, A.S., Harris, C.V., Spieth, L.E. (1995). Quality of life assessment in pediatric oncology: a retrospective review of phase III reports. *Soc Sci Med*, 41:1463–1465.

Bustad, L.K., Gorham, J.R., Hegreberg, G.A., et al. (1976). Comparative medicine: progress and prospects. *J Am Vet Med Assoc*, 169:90–105.

Clark, J.D., Rager, D.R., Calpin, J.P. (1997). Animal well-being I. General considerations. *Lab Anim Sci*, 47:564–570.

Clark, J.D., Rager, D.R., Calpin, J.P. (1997). Animal well-being III. An overview of assessment. *Lab Anim Sci*, 47:580–585.

Clark, J.D., Rager, D.R., Calpin, J.P. (1997). Animal well-being IV. Specific assessment criteria. *Lab Anim Sci*, 47:586–597.

Cook, J.L., Arnoczky, S.P. (2009). The One Health Concept in Comparative Orthopaedics. *One Health Newsletter* Florida Department of Health. Summer, 2(3).

Dawkins, M.S. (1990). From the animal's point of view: motivation, fitness, and animal welfare. *Behav Brain Sci*, 13:1–61.

DeGrazia, D. (1996). Taking animals seriously. Cambridge: Cambridge University Press, 116, 211–257.

Diener, E., Larsen, R.J. (1993). The experience of emotional well-being. In: Lewis M, Haviland JM, eds. Handbook of emotions. New York: The Guilford Press, 405–415.

Dresser, R. (1988). Assessing harm and justification in animal research: federal policy opens the laboratory door. *Rutgers Law Review*, 4:723–729.

Duncan, I.J.H. (1981). Animal rights – animal welfare: a scientist's assessment. *Poultry Sci*, 60:489–499.

Eiser, C. (1997). Children's quality of life measures. *Arch Dis Child*, 77:350–354.

Fink, R. (1989). Issues and problems in measuring children's health status in community health research. *Soc Sci Med*, 29:715–719.

Fowler, F.J., Coppola, K.M., Teno, J.M. (1999). Methodological challenges for measuring quality of care at the end of life. *J Pain Symptom Manage*, 17:114–119.

Gill, T.M., Feinstein, A.R. (1994). A critical appraisal of the quality of quality-of-life measurements. *JAMA*, 272:619–626.

Glaser, A., Walker, D. (1995). Letter to the editor. *Lancet*, 346:444.

Gropper, E.I. (1992). Promoting health by promoting comfort. *Nurs Forum*, 27:5–8.

Hunt, S.M. (1997). The problem of quality of life. *Qual Life Res*, 6:205–212.

Hurnik, J.F. (1988). Welfare of farm animals. *Appl Anim Behav Sci*, 20:105–117.

JAVMA News. One Health Wonders. October 1, 2008.
Jenney, M.E.M., Campbell, S. (1997). Measuring quality of life. *Arch Dis Child*, 77:347–350.
Johnson, C.A., Armstrong, P.J., Hauptman, J.G. (1987). Congenital portosystemic shunts in dogs: 46 cases (1979–1986). *J Am Vet Med Assoc*, 191:1478–1487.
Kirkness, E.F., Bafna, V., Halpern, A.L., et al. (2003). The dog genome: survey sequencing and comparative analysis. *Science,* 301:1898–1903.
Kolcaba, K.Y., Kolcaba, R.J. (1991). An analysis of the concept of comfort. *J Adv Nurs*, 16:1301–1310.
Li, L., Young, D., Wei, H., et al. (1998). The relationship between objective life status and subjective life satisfaction with quality of life. *Behav Med*, 23:149–159.
Lyons, A.S., Petrucelli, R.J. (1978). "Medicine: An Illustrated History." Abradale Press, New York.
Mallery, K.F., Freeman, L.M., Harpster, N.K., et al. (1999). Factors contributing to the decision for euthanasia of dogs with congestive heart failure. *J Am Vet Med Assoc*, 214:1201–1204.
McMillan, F.D. (1999). Influence of mental states on somatic health in animals. *J Am Vet Med Assoc*, 214:1221–1225.
McMillan, F.D. (2000). Quality of life in animals, *JAVMA*, 216(12).
Mench, J.A. (1998). Thirty years after Brambell: whither animal well-fare science? *J Appl Anim Welfe Sci*, 1:91–102.
Moore, B.R. (1996). Clinical application of interferons in large animal medicine. *J Am Vet Med Assoc*, 208:1711–1715.
Musschenga, A.W. (1997). The relation between concepts of quality-of-life, health and happiness. *J Med Philos*, 22:11–28.
Myers, D.G. (1992). The pursuit of happiness. New York: Avon Books, 15–115.
Niemi, S.M. (2006). Making comparative medicine more so. *J Am Vet Med Assoc*., 228(2):199–200.
Novak, M.A., Suomi, S.J. (1988). Psychological well-being of primates in captivity. *Am Psychol*, 43:765–773.
Nutt, C.L., Mani, D.R., Betensky, R.A., et al. (2003). Gene expression-based classification of malignant gliomas correlates better with survival than histological classification. *Cancer Res,* 63:1602–1607.
Odendaal, J.S.J. (1994). Veterinary ethology and animal welfare. *Rev Sci Tech Off Int Epiz*, 13:291–302.
Olsson, S.E. (1969). Comparative Orthopaedics. *Clin Orthop Related Res*, 62:3–5.

Osoba, D. (1994). Lessons learned from measuring health-related quality of life in oncology. *J Clin Oncol*, 12:608–616.

Padrid, P., Amis, T.C. (1992). Chronic tracheobronchial disease in the dog. *Vet Clin North Am Small Anim Pract*, 22:1203–1229.

Page, G. (1999). Inside the animal mind. New York: Doubleday, 178–181.

Pal, D.K. (1996). Quality of life assessment in children: a review of conceptual and methodological issues in multidimensional health status measures. *J Epidemiol Community Health*, 50:391–396.

Panksepp, J., Herman, B.H., Vilberg, T., et al. (1980). Endogenous opioids and social behavior. *Neurosci Biobehav Rev*, 4:473–487.

Pantell, R.H., Lewis, C.C. (1987). Measuring the impact of medical care on children. *J Chron Dis*, 40:99–108.

Pennisi, E. (2004). Genome resources to boost canines' role in gene hunts. *Science,* 304:1093–1094.

Rushen, J. (1996). Using aversion learning techniques to assess the mental state, suffering, and welfare of farm animals. *J Anim Sci,* 74:1990–1995.

Russell, PA. (1979). Fear-evoking stimuli. In: Sluckin W, ed. Fear in animals and man. New York: Van Nostrand Reinhold Company, 86–112.

Schalock, R.L. (1996). Reconsidering the conceptualization and measurement of quality of life. In: Schalock RL, ed. Quality of life, volume 1: conceptualization and measurement. Washington, DC: American Association on Mental Retardation, 123–139.

Seligman, M.E. (1975). Helplessness: on depression, development, and death. San Francisco: WH Freeman and Co, 21–44, 166–188.

Siegel, S., Cronin, K.L. (1997). Palliative radiotherapy. *Vet Clin North Am Small Anim Pract,* 27:149–155.

Slater, M.R., Barton, C.L., Rogers, K.S., et al. (1996). Factors affecting treatment decisions and satisfaction of owners of cats with cancer. *J Am Vet Med Assoc*, 208:1248–1252.

Slevin, M.L. (1992). Quality of life: philosophical question or clinical reality? *Br Med J*, 305:466–469.

Smith, K.R., Bauer, M., Monnet, E. (1995). Portosystemic communications; follow-up of 32 cases. *J Small Anim Pract*, 36:435–440.

Sprangers, M.A.G., Aaronson, NK. (1992). The role of health care providers and significant others in evaluating the quality of life of patients with chronic disease: a review. *J Clin Epidemiol*, 45:743–760.

Stephens, R.J., Hopwood, P., Girling, D.J., et al. (1997). Randomized trials with quality of life endpoints: are doctors' ratings of patients' physical symptoms interchangeable with patients' self-ratings? *Qual Life Res,* 6:225–236.

Stewart, A.L., Teno, J., Patrick, D.L., et al. (1999). The concept of quality of life of dying persons in the context of health care. *J Pain Symptom Manage*, 17:93–108.

Voith, V.L., Borchelt, P.L. (1985). Separation anxiety in dogs. *Compend Contin Educ Pract Vet*, 7:42–52.

Watson, P.J., Herrtage, M.E. (1998). Medical management of congenital portosystemic shunts in 27 dogs – a retrospective study. *J Small Anim Pract*, 39:62–68.

## Anexă

### EVALUAREA MEDICALĂ A CÂINILOR DE TERAPIE

(traducere: Ciprian A. Ober)

CANINE LINK, INK (http://cltherapydogs.org/)

Canine Link, Inc. reprezintă o organizație non-profit al cărui scop primar îl reprezintă asigurarea serviciilor prin câini de terapie școlilor, instituțiilor medicale sau altor instituții

Canine Link, Inc. ("Link") cere certificare inițială și re-certificare anuală a fiecărui câine de terapie potrivit pentru activități de terapie, incluzând o evaluare a stării de sănătate de către medicul veterinar. Vă rugăm completați informațiile cerute la rubrica „PROPRIETAR ȘI CÂINE", semnați și scrieți data. Completați informațiile de la medicul veterinar la rubrica „REZULTATELE EXAMENELOR MEDICALE". Dacă există întrebări cu privire la completarea formularului, vă rugăm să accesați numărul de telefon al Link (855) 595-4651. Trebuie să trimiteți acest formular completat și semnat ca și condiție pentru certificare, iar, pentru re-certificare cu cel puțin o lună înainte de a expira certificatul curent. Vă rugați trimiteți formularul completat și semnat și prin email către Canine Link la PO Box 6, Hillsdale, NY 12529, FAX [413-528-5369] sau scanat ca și document PDF și email către caninelinktherapydogs@gmail.com. Vă rugăm să nu trimiteți formularul de mai multe ori, decât dacă aceasta vi se cere.

Vă rugăm asigurați-vă că păstrați o copie completată și aduceți o copie cu dumneavoastră la fiecare vizită ca și voluntar Link cu câinele dumneavoastră, având în vedere că vi se poate cere să prezentați evidența stării de sănătate a câinelui.

***PROPRIETAR ȘI CÂINE***

Numele proprietarului (printat): _____
Adresa de email: _____ Telefon: (___) ____-_____
FAX: (___) ____-_____ telefon mobil: (___) ___-_____

Email: _____ Numele câinelui (numele de chemare, nu AKC sau alt nume de înregistrare): _____
Rasa (dacă nu se știe, cea mai apropiată de rasă): _____

Mascul: __ Femelă: __ Castrat/Sterilizată: __ Da __ Nu
Data nașterii: _____ Greutate: _____

Câinele meu este protejat la zi împotriva puricilor, căpușelor și altor paraziți, printr-un produs adecvat, utilizat în concordanță cu instrucțiunile producătorului sau ale medicului veterinar. Nu am cunoștință de vreo problemă medicală sau comportamentală nerezolvată care poate constitui sursă de îngrijorare în cazul utilizării ca și câine de terapie în școli, spitale sau alte instituții.

Semnătura proprietarului: _____ Data: _____

# 5. Construirea de exerciții asistate de animale în dezvoltarea socio-emoțională a copiilor

*Iulia Lazăr*[*]*, Anca Zăgrian*[**]

## 5.1. Introducere

Așa cum s-a specificat în capitolele anterioare, în ultimele decenii se acordă tot mai multă atenție domeniului intervențiilor asistate de animale (IAA) ca adjuvant în cadrul formelor de terapie clasică, având efecte asupra domeniilor cognitiv, afectiv și social (Fine, 2000 *apud* Rusu, 2012). Astfel, IAA promovează interacțiunea pozitivă între om și animal prin încorporarea trăsăturilor psihologice, comportamentale și fizice ale unui animal într-un mediu terapeutic sau recreațional, cu scopul de a facilita procesul de recuperare, dezvoltare socio-emoțională și îmbunătățire a calității vieții beneficiarilor (Chandler, 2005 *apud* Rusu, 2012). În cadrul IAA, terapia asistată de animale (TAA) este un set de proceduri terapeutice complementare, furnizate de un specialist, care folosește ca parte a procesului terapeutic un animal evaluat comportamental și veterinar, pregătit și certificat. TAA însumează tehnici și activități ce au la bază interacțiunea om–animal și se folosește alături de o metodă de terapie standard, pliându-se pe obiectivele terapeutice ale acesteia (Delta Society, 2005 *apud* Rusu, 2012). Pentru implementarea și derularea TAA, este necesară formarea unei echipe terapeutice interactive care se compune dintr-un specialist (psihoterapeut, kinoterapeut, consilier, psihopedagog etc.) alături de o echipă canină (con-

[*] Școala de Dresaj Canin Pet Joy Sports, Cluj-Napoca; Atelier de Dezvoltare Socio-Emoțională criC-Cric, Reactor Cluj-Napoca

[**] Cabinet individual de psihoterapie Anca Zăgrian, Cluj-Napoca; Atelier de Dezvoltare Socio-Emoțională criC-Cric, Reactor Cluj-Napoca

ductor și câine). Obiectivele terapeutice alături de cele educaționale, sociale sau emoționale specifice trebuie evaluate în mod continuu. Frecvența și durata sesiunii se stabilesc în funcție de beneficiar și nevoile acestuia (Chandler, 2005). Totodată, un alt aspect important este acela al monitorizării nivelului de stres atât al câinelui cât și al persoanelor participante la procesul terapeutic (Pavlides, 2008).

Deoarece intervențiile asistate de animale (IAA) au la bază interacțiunea cu un animal care nu judecă și oferă afecțiune necondiționată, incorporarea lor în practica de zi cu zi oferă terapeutului oportunități și contexte utile în procesul de terapie fizică și emoțională a beneficiarului. Rezultatele unui studiu în care s-a investigat calitatea interacțiunii copiilor cu animalele în cadrul unui program școlar cu durata de un an, au indicat a corelație între calitatea interacțiunii cu animalul de terapie și nivelul general de empatie pentru ființele umane al participanților (Ascione & Weber, 1996). Chandler (2005) a ilustrat creșteri la nivelul atenției beneficiarilor care interacționează cu animalele de terapie în raport cu diferitele sarcini administrate, având ca scop îmbunătățirea coordonării și autonomiei personale. De asemenea, animalul poate să asiste specialistul în menținerea atenției și interesului în cazul beneficiarilor hiperactivi sau care prezintă dificultăți în a se concentra asupra unui stimul sau sarcini (Katcher & Wilkins, 2000). Mai mult decat atât, s-a descoperit că animalele, în special câinii, contribuie la stabilitatea emoțională și la însușirea unor atitudini pozitive față de școală în cazul copiilor diagnosticați cu tulburări emoționale severe (Anderson & Olson, 2006 *apud* Friesen, 2010). Câteva studii din domeniul psihologiei dezvoltării susțin că animalele pot juca un rol vital în viața copiilor, iar interacțiunea cu acestea contribuie la construirea imaginii de sine, a moralității, empatiei și a dezvoltării imaginației și jocului (Ascione 2005; Corsaro 1985; Melson 2001; Myers 1996, 1997). Câinii ca parteneri de comunicare pot oferi copilului sens al activităților, deoarece aceștia au un efect de vitalizare a comunicării, facându-i pe copii să fie prezenți și ancorați atențional în interacțiunea cu câinele (Stern, 1985).

Horowitz și Bekoff's (2007) au analizat diada care are loc în jocul dintre oameni și câini, întărind ce a spus psihologul Boris Levinson (unul dintre pionierii domeniului terapiei asistate de animale) prin conceptul „motor de interacțiune". Astfel, aceștia au identificat patru caracteristici ale interacțiunii sociale bazate pe comunicarea dintre om și câine: (1) răspunsuri directe între un jucător și celălalt, (2) indicații ale intenției, (3) comportamente reciproce (mutuale) și (4) activitate dată de context (spontaneitate). În cartea sa „*Psihoterapia copilului intermediată de animalele de companie"*, Boris Levinson (1969) pune foarte mult accent pe rolul animalului în dobândirea sănătății emoționale la copii. Atunci când un copil se joacă cu un câine, Levinson susține că „*…el își creează o lume a lui cu limitele pe care el le stabilește. Prin urmare terapeutul participă la această aventură comună intrând într-un colțișor din lumea copilului unde acesta se simte în siguranță.* ***Aici*** *copilul și terapeutul sunt într-un echilibru, pe acelasi picior de plecare și* ***acum*** *este momentul în care porțile comunicării se deschid între copil și terapeut*" (Levinson, 1969, pag. 67–68).

## 5.2. Aspecte psihologice vizate în cadrul interventiilor asistate de animale

Pornind de la acest cadru teoretic putem observa că beneficiile intervențiilor asistate de animale pot fi multiple. Fiecare activitate structurată sub forma unei ședințe de terapie individuală sau a unor jocuri de grup (activități asistate de animale) vizează diferite obiective specifice. În continuare vor fi prezentate câteva dintre aspectele psihologice urmărite în astfel de contexte terapeutice sau educative, alături de exemplificarea unor jocuri/activități asistate de animale utile în terapia cu copii sau alte contexte terapeutice/educative. Scopul acestora este de a oferi specialiștilor o unealtă pe care o vor putea folosi în practica lor de zi cu zi.

- **Autoreglare comportamentală:** planificarea și executarea activităților orientate spre scop, atenție, memorie de lucru, control inhibitor;

- **Abilitatea de organizare:** ascultarea activă a instrucțiunilor, înțelegerea acestora, atenție, memoria de lucru și lunga durată;
- **Autoreglarea emoțională –** înțelegerea emoțiilor în funcție de context, identificarea și exprimarea adecvată a acestora, abilitatea de a exprima placere și bucurie în activitățile de joc, toleranță la frustrare;
- **Dezvoltarea abilităților motrice:** fine (degete) și grosiere (membre);
- **Cooperare:** abilitatea de a lucra în echipă, înțelegere și comunicare asertivă;
- **Comunicare**: abilitatea de a-i asculta pe ceilalți, de a menține discuția pe un subiect, de a înțelege și exprima idei, emoții, managementul conflictului;
- **Creșterea nivelului de încredere:** reprezentarea sinelui și a celorlalți – consolidarea stimei de sine și a încrederii în ceilalți;
- **Empatia:** capacitatea de a recunoaște și împărtăși emoțiile care sunt experimentate de către o altă ființă, chiar dacă aceasta nu le exprimă explicit, exprimarea preocupării si a grijii față de ceilalți;
- **Limbajul și procese cognitive:** abilitatea de a înțelege și a exprima o poveste, o acțiune într-o succesiune logică care indică capacitatea de înțelegere a copilului a fenomenului de cauză și efect, rezolvare de probleme – căutarea de soluții atunci cand se află intr-o situație dificilă, generarea de idei.

## 5.3. Exemple de activități asistate de animale (câini) pliate pe nevoile psihologice ale copiilor – jocuri

### 5.3.1 Jocuri de grup cu posibilitate de adaptare pentru activități individuale

*1) Ștafeta*

- **Participanți:** copii și adulți, echipă instructor-câine;
- **Obiective/beneficii terapeutice**: motricitate, cooperare, încredere;
- **Materiale**: jucărie pentru cățel;

- **Trucuri/comenzi necesare:** „Aport", „Lasă";
- **Descriere:** Se vor folosi doi câini, câte un câine pentru fiecare grup de copii. Participanții sunt aranjați în două șiruri, fiecare persoană aflată la începutul unui șir va arunca jucăria și va da câinelui comanda de aportare. Dupa ce jucăria ajunge la acesta, se va înmâna persoanei din spatele acestuia, după care se va merge în spatele rândului. Exercițiul se repetă până când ultima persoană aruncă și primește jucăria înapoi.
- **Variații**: Pentru creșterea dificultății exercițiului, se poate adăuga alergare, salt sau orice altă mișcare pe care participanții să fie provocați să o facă după ce primesc jucăria înapoi, abia după realizarea șirului de exerciții jucăria va fi inmânată persoanei care urmează.

***2) Traseu cu obstacole***

- **Participanți:** copii sau adulți (această activitate poate fi adaptată și pentru ședințe individuale), echipe instructor–câine.
- **Obiective/beneficii terapeutice:** dezvoltarea abilității de organizare, creșterea nivelului de încredere în forțele proprii, optimizarea abilităților atenționale și de memorare, îmbunătățirea aptitudinilor motorii grosiere.
- **Materiale:** obstacole de agilitate și alte obstacole improvizate (tuneluri, sărituri, cercuri, poduri sau bănci, etc) – este important să se asigure siguranța câinilor în timpul parcurgerii traseului;
- **Trucuri/comenzi necesare:** „Șezi", „Hop", „Tunel", „Sus", „Târâș";
- **Descriere:** Se va realiza un traseu cu diferite obstacole (obstacole pentru săritură, tuneluri, poduri, cercuri etc). Fiecare participant va trebui să parcurgă întregul traseu împreună cu câinele, spunându-i de fiecare dată acestuia ce trebuie să facă, prin utilizarea comenzilor verbale și gesturi. Instructorul va realiza o demonstrație împreună cu câinele, înainte de începerea jocului.
- **Variații:** Exercițiul se poate realiza sub formă de ștafetă sau competiție, cu mai mulți câini sau pe doua trasee diferite.

### *3) Traseul Viu (din oameni)*

- **Participanți:** Copii și adulți, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** autoreglare comportamentală, cooperare, motricitate, încredere;
- **Materiale:** lese, cercuri, eșarfe, scaune etc.;
- **Trucuri/comenzi necesare: „**Șezi", „Hop", „Sus", „Târâș", „Tunel";
- **Descriere:** Toți participantii vor fi implicați în realizarea unui traseu cu obstacole pentru câine, obstacole ce vor fi formate din oameni (picioare îndepărtate, cercuri formate din brațe etc.). Astfel se pot realiza obstacole de săritură din doi oameni care se țin de mână sau care se țin cu ambele mâini formând un cerc, se pot realiza tunele din șiruri de oameni așezați unul în spatele celuilalt cu picioarele îndepărtate. Câinele va trece fie prin tunelul format, fie în slalom, care poate realizat prin înșiruirea oamenilor în picioare, unul lângă celalalt, cu o distanță de 0,5 m între aceștia.
- **Variații**: Se poate folosi imaginația participanților pentru crearea altor tipuri de obstacole peste care câinele să sară sau pe sub care să fie îndrumat sa treacă. Un voluntar dintre participanți va putea conduce câinele în parcurgerea traseului viu format.

  *Notă: *în cazul copiilor se pot folosi lese sau cercuri care sa fie ținute de către 2 copii, astfel încât să fie evitate accidentările sau retragerea persoanelor cu anxietate față de câini.*

### *4) În căutarea comorilor (recompenselor)*

- **Participanți:** copii și adulți, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** încredere, comunicare, coordonare, responsabilizare, empatie;
- **Materiale:** eșarfă, bol, bobițe, obstacole (scaune, mese, perne, oameni, etc.);
- **Trucuri/comenzi necesare:** „Așteaptă", „Caută";
- **Descriere:** Se formeaza echipe de câte două persoane. Un participant va fi legat la ochi, urmând să fie ghidat de către coechipierul său, pentru a găsi bolul cățelului. Se realizează un traseu din obstacole,

iar participantul care ghidează va îndruma verbal, de la distanță, participantul legat la ochi, astfel încât acesta să reușească parcurgerea traseului. După gasirea bolului se schimbă rolurile și urmează căutarea bobițelor de către persoana care inițial a ghidat căutarea. La sfârșit cei doi oferă câinelui recompensele așezate în bol și pot lua o pauză de plimbare cu câinele.

***5) Statuile muzicale***

- **Participanți:** copii;
- **Obiective terapeutice:** autoreglare comportamentală, coordonare, atenție, dezvoltare emoțională, încredere;
- **Materiale:** muzică, boxe;
- **Trucuri/comenzi necesare:** Stai (poate fi folosită și comanda șezi, culcat sau altă poziție cunoscută de câine);
- **Descriere:** Participanții vor dansa pe muzică, urmând ca la un moment dat muzica sa fie oprită, iar fiecare participant să rămână în poziția în care a fost surprins în momentul opririi muzicii (formând o statuie). Poziția va fi menținută până în momentul în care reîncepe muzica. Unul dintre participanți va ține cățelul în lesă, iar în momentul Statuii îi va spune comanda „stai" (cațelul rămânând și el nemișcat). Odată cu reluarea muzicii toată lumea reîncepe să danseze, iar cațelul își va găsi un nou partener de dans.
- **Variații:** Pentru dezvoltare emoțională se poate varia muzica veselă, ritmată, cu muzică lentă, sau care să sugereze diferite emoții, moment în care fiecare va dansa cu postura corporală corespunzatoare emoției și cu o mimică adecvată. Celelalte reguli ale jocului rămân neschimbate.

***6) Pictorul***

- **Participanți:** copii și adulți, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** comunicare, motricitate, rezolvare de probleme, autoreglare comportamentală;
- **Materiale:** pensulă, acuarele sau creioane colorate, foi, eșarfe;

- **Trucuri/comenzi necesare**: „Șezi", „Așteaptă" (opțional – Atins cu lăbuța);
- **Descriere:** Copiii vor fi legați la ochi cu eșarfele din dotare, iar cățelul le va povesti, prin conductorul său, ce trebuie să deseneze (tabloul va conține obligatoriu și un cățel). Astfel, participanții ascultând instrucțiunile foarte clare, vor începe realizarea „operelor de artă". La sfarșit toată lumea își va da eșarfa jos pentru a admira picturile. Copiii vor prezenta câinelui desenele. Ca și premiu fiecare va primi un autograf de la cățel pe propria pictură (amprenta lăbuței), realizat cu tuș sau acuarelă.
- **Variații:** Se pot amesteca desenele realizate, iar la sfârșit, după ce sunt date jos eșarfele, fiecare participant va trebui să își găsească propriul desen, argumentând de ce crede că este al său (pe spatele desenului va fi scris numele participantului).

### *7) Aruncă la țintă (Țintește cu bobițe)*

- **Participanți:** copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** creșterea toleranței la frustrare, coordonare, motricitate;
- **Materiale:** bobițe, biscuiți, boluri;
- **Trucuri/comenzi necesare:** șezi sau culcat, așteaptă, refuz de hrană, comandă de eliberare;
- **Descriere**: Cățelul va sta în comanda șezi sau culcat în pătuțul lui/ locul său pe un covoraș, așteptând să îi fie servită hrana. Participanții vor avea de ales dintre doua varietăți de mâncare: biscuiți sau bobițe. Pentru a ne da seama ce își dorește cățelul, va trebui să facem un joc în care doi dintre participanți vor sta față în față la o distanță de 5 metri, unul având bobițe, iar celalalt biscuiți. Bolul cățelului va fi plasat între cei doi participanți, la o distanță egală față de aceștia. Fiecare va avea la dispoziție 5–10 de aruncări, în funcție de numărul de participanți. Vom observa apoi ce element predomină în bol, biscuiți sau bobițe și vom concluziona că această combinație este exact ceea ce și-ar dori cățelul să mănânce.

- **Variații:** Participanții vor putea fi așezați într-o linie, iar la 2–3 m de fiecare participant va fi plasat câte un bol. Fiecare participant va încearca să arunce bobițele în bolul său, iar la sfârșit vom combina ingredientele provenite din toate bolurile, pentru a-i crea cățelului rețeta potrivită (se va decide la început numărul maxim de aruncări).

***8) Haita de căței***

- **Participanți:** copii și adulți, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** cooperare, coordonare motrică, comunicare, autoreglare comportamentală;
- **Materiale:** foi A4 imprimate cu câte o lăbuță mare de cățel, cartonaș roșu format A4;
- **Trucuri/comenzi necesare: „**Pas", „Șezi", opțional „Ține";
- **Descriere:** Se marchează o linie de start și o linie de final care vor reprezenta începutul și sfârșitul unei păduri. Fiecare participant va primi o singură foaie imprimată cu o lăbuță de cățel. Haita (care va include toți participanții) trebuie să treacă împreună prin pădure, călcând pe urmele lăsate de lider (reprezentat de către cățel, care va merge în fruntea șirului). Participanții nu vor avea voie să calce decât pe labuțele imprimate pe foi, ajutându-se unul pe celălalt și lucrând în echipă. Nimeni nu are voie să calce lângă foaie până la finalul traseului. Dacă se blochează, partcipanții pot cere ajutorul liderului (cățelul) care va veni cu cartonașul roșu, pentru a-și ajuta membrii haitei în depașirea situațiilor. Acest ajutor poate fi cerut însă doar de 3 ori de către fiecare echipă pe parcursul întregului traseu și va putea fi folosit la fel ca foile imprimate, cu condiția ca acesta să ajute la realizarea unui singur pas.
- **Variații:** La sfarșitul traseului, se poate face un joc de grup împreună cu cațelul, pentru a simboliza bucuria haitei după terminarea scopului. Sugestie: dog dancing (dans cu câinele) pe o melodie cântată de haită.

### *9) Muzicienii*

- **Participanți:** copii și adulți, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** ascultare activă, comunicare, cooperare;
- **Materiale:** cutiuțe de film foto sau cutiuțe din ouă Kinder, bobițe pentru cățel de diferite dimensiuni, muzică;
- **Trucuri/comenzi necesare:** trucuri specifice exercițiilor de dog dancing (dans cu câinele): omuleț, dans, rostogol, târâș, cerc, slalom printre picioare, mers între picioare, dat o lăbuță și celalaltă, etc.;
- **Descriere:** La începutul jocului, fiecare participant va primi câte o cutiuță umplută cu bobițe pentru cățel de dimensiuni mai mici sau mai mari (toate bobițele dintr-o cutie vor fi de aceeași dimensiune). Participanții nu se vor putea uita în interiorul cutiei, ci vor trebui doar să distingă sunetul produs de aceasta la mișcare. Scopul va fi ca participantul să își găsească restul coechipierilor care au cutiuțe ce scot sunete asemănătoare. După formarea echipelor, fiecare echipă va realiza un exercițiu de dog dancing (dans cu câinele), pe o piesă muzicală, acompaniind dansul cu instrumentul lor de percuție. Trucurile pe care le vor putea folosi vor fi prezentate la începutul jocului. La sfârșitul jocului, cățelul va primi ca recompense bobițele din cutiuțe.

### *10) Mașinuțele*

- **Participanți:** copii și părinți, adulți, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** comunicare non-verbală, încredere, autocontrol comportamenta;
- **Materiale:** eșarfe;
- **Trucuri/comenzi necesare:** Șezi, Așteaptă;
- **Descriere:** Se va realiza un traseu cu linii drepte și curbe de 90 de grade (pe lânga acesta, va fi realizat un al doilea traseu identic, așezat in oglindă față de primul). Copilul legat la ochi va trebui să parcurgă traseul fiind condus prin semne de către părinte. Astfel, părintele va folosi o bataie pe umărul stâng pentru curbă la stânga,

o bătaie pe umărul drept pentru curbă la dreapta, ambele mâini pe umerii copilului pentru mersul înainte și o apăsare ușoară pe ambii umeri pentru aplecare. La jumătatea traseului copilul va întâlni cățelul și se va putea apleca pentru a-l mângâia, iar la final se va întâlni cu un alt copil care va străbate în același timp un traseu realizat în oglindă față de primul. Cei doi copii se vor îmbrățișa la final, înainte de a da jos eșarfele, fiind ghidați de către părinți.

- **Variații:** Părintele și copilul pot fi lăsați să stabilească singuri semnele pe care le vor folosi pentru ghidaj. Important este ca după începerea traseului, cei doi (copilul și părintele) să nu comunice verbal. Pentru copiii cu anxietate față de câine, traseul va fi simplificat, astfel copilul va trece pe lângă cățel la distanță de acesta sau nu îl va atinge (în funcție de nivelul de anxietate).

### *11) Taxiul cu cățel*

- **Participanți:** copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** comunicare, dezvoltarea limbajului, creativitate;
- **Materiale:** mai multe lese;
- **Trucuri necesare**: „pas", „șezi", „stai";
- **Descriere:** Fiecare participant va primi o lesă care va fi legată de hamul câinelui de terapie. Conductorul canin va ține lesa legată de zgardă și va merge cu câinele la pas. Participanții vor fi anunțați că va urma o plimbare cu taxiul într-o anumită zonă (Orașe, Cartiere din oraș, Ținuturi, Țări etc). În timpul plimbării, conductorul va povesti despre locurile prin care trece taxiul. Se vor face opriri, unde se vor imagina diferite obiective. Copiii vor fi lăsați apoi să dezvolte ei restul poveștii, imaginând locuri prin care merge și unde se oprește taxiul.

### *12) Cadoul*

- **Participanți:** copii;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** organizare, cooperare, motricitate fină, responsabilizare;

- **Materiale**: o cutie mare, diferite materiale care se pot rupe în bucăți, o jucarie;
- **Trucuri/comenzi necesare:** „Caută jucaria”;
- **Descriere:** Participanții îi vor pregati câinelui un cadou. Pentru aceasta vor folosi o cutie mare în care vor împacheta o jucărie. Surpriza va fi acoperită de bucăți diferite de materiale: hârtie, vată, burete, polistiren, carton, frunze, iarbă, etc. La sfârșit cutia va fi dusă câinelui pentru a-și descoperi cadoul. Conductorul va da câinelui comanda de căutare, iar acesta va căuta entuziasmat până va găsi jucaria. La sfârșit copii vor face curat. Opțional: copiii pot cânta La mulți ani câinelui.

*13) Scara*

- **Participanți:** copii și adulți, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** cooperare, atenție, motricitate grosieră;
- **Materiale**: biletele cu numere;
- **Trucuri necesare:** „Hop”, „Extrage”;
- **Descriere:** Participanții vor fi ghidați să facă doua șiruri paralele, în picioare. Apoi se vor întoarce față în față și vor fi rugați să se așeze pe podea, stând cu tălpile lipite de ale coechipierului, în final construind modelul unei scări. Fiecare echipă formată din doi participanți va avea alocat un număr. Câinele (împreună cu conductorul canin) va alege un bilețel pe care va scrie numărul unei echipe. Echipa denumită va trebui să treacă câinele prin scara formată din ceilalți participanți, apoi se va întoarce în rând. Se repetă exercițiul până toți participanții conduc câinele peste scară. Câinele va fi ghidat prin comanda verbală „hop” (pentru a sări peste picioarele participanților așezați), iar cei doi participanți vor alerga împreună cu el, unul pe o parte și celălalt pe cealaltă parte a scării.

### *14) Săritul corzii*

- **Participanți:** copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** motricitate grosieră, atenție, coordonare;
- **Materiale:** coardă, lesă lungă, sfoară;
- **Trucuri/comenzi necesare:** „Hop", „Ține";
- **Descriere:** Câinele va sări peste o coardă care este învârtită de doi participanți. Exercițiul poate fi efectuat ca un concurs între un participant și câine, sau participantul și câinele pot să sară în același timp prin coarda de lungime mai mare.
- **Variații:** Câinele împreună cu un participant vor ține capetele sforii în timp ce un alt copil sare, apoi copiii vor schimba între ei pozițiile.

### *15) Slalom cu câinele*

- **Participanți:** adulți și copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** cooperare, motricitate grosieră, comunicare, autoreglare comportamentală, toleranță la frustrare;
- **Materiale:** nu este nevoie;
- **Trucuri necesare:** "Slalom";
- **Descriere:** Participanții vor sta așezați în linie, unul lângă celalalt cu picioarele îndepărtate și unite de ale colegilor din stânga și din dreapta. Câinele va trebui să treacă în slalom printre picioarele acestora. La terminarea șirului participanții se vor prinde de mână și vor ridica un picior. Câinele va trebui să treacă din nou în slalom printre picioarele lor, iar de fiecare dată când unul va lăsa piciorul jos sau când câinele va greși traseul, se va relua ultimul exercițiu, crescând astfel durata în care participanții vor rămâne în poziția stabilită. Jocul se termină cand câinele va reuși să parcurgă slalomul întreg.
- **Variații:** Se vor putea alege și alte poziții în care să rămână participanții în timp ce câinele va executa slalomul (exemplu: pe vârfuri, pe călcâie, ridicat o mana și un picior etc);.

### *16) Apucă-ți cercul*

- **Participanți:** copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** atenție, motricitate grosieră, toleranță la frustrare;
- **Materiale:** cercuri de plastic tip hula hoop, cu diametrul de 1–1,5 m;
- **Trucuri necesare:** „Șezi", „Așteaptă", „Pas";
- **Descriere:** Mai mulți participanți așezați într-un cerc, se vor plimba pe muzică, alături de câini (mergând la pas). În interiorul cercului format din participanți, vor fi așezate pe podea cercuri de plastic de tip hula hoop în număr cu unul mai puțin decât numărul echipelor om-câine. La un moment dat muzica se va opri și fiecare participant va trebui să găsească un cerc și să așeze câinele în comanda șezi în interiorul acestuia. Echipele care vor rămâne fara cerc vor ieși din joc și în același timp se va înlătura și unul dintre cercuri.

### *17) Ține minte!*

- **Participanți:** copii și adulți, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** atenție, memorie de lucru, toleranță la frustrare;
- **Materiale:** coș mic de nuiele sau de plastic;
- **Trucuri/comenzi necesare:** : „Ține", „Așteaptă";
- **Descriere:** Câinele va ține un coș în gură și va trece pe rând pe la participanți. Fiecare participant va pune câte un obiect personal, pe care il va rosti cu voce tare, urmat de numele lui (ex. Iulia/inel). Ceilalți participanți vor încerca să rețină numele corespunzător fiecărui obiect. La sfârșit coșul va trece din nou pe la fiecare. Participanții vor alege cu ochii închiși unul dintre obiectele strânse și vor ghici al cui a fost obiectul.
- **Variații:** Primul participant își va spune numele și apoi va pune obiectul, al doilea participant va trebui să spună numele și obiectul primului participant apoi numele și obiectul său, al treilea va spune numele și obiectele primilor participanți, ajungând ca ultimul să redea numele și obiectele tuturor participanților.

### *18) Supraviețuirea*

- **Participanți:** copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** Comunicare, atenție, memorie, organizare;
- **Materiale:** cretă, cercuri, pătură/izopren;
- **Trucuri/comenzi necesare**: „Șezi", „Culcat";
- **Descriere:** Câinele împreună cu un participant vor trebui să ajungă din punctul x (start) în punctul y (finish), trecând peste diverse provocări. Se vor putea folosi diferite povești pentru a crea un mediu atractiv. Exemplu de scenariu: cei doi se află pe o insulă și trebuie să traverseze un râu pentru a ajunge împreună pe partea cealaltă; în râu sunt bolovani pe care ei va trebui să pășească pentru a traversa, de asemenea, unde râul este mai mare vor putea folosi o plută. Se poate realiza un desen cu creta care sa reprezinte râul, cercuri vor semnifica pietrele, iar o pătură sau izopren va fi folosit de cei doi ca și plută. De fiecare dată când ajunge pe un bolovan, pentru a-și păstra echilibrul, participantul va trebui să stea într-un picior, iar câinele în șezi, iar de fiecare dată când vor ajunge să folosească pluta, câinele va trebui să stea în culcat, iar participantul în poziție de flotare.
- **Varații:** Exercițiul se va putea adapta pentru diferite alte povești și cu diferite alte exerciții, pe care beneficiarul să le facă în timp ce câinele va executa „șezi" sau „culcat".

### *19) Dans și atenție*

- **Participanți:** adulți și copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** atenție, memorie, coordonare, cooperare;
- **Materiale:** nu este nevoie.
- **Trucuri/comenzi necesare**: „Șezi", „Pas", „Omuleț" (poziție verticală), „dans";
- **Descriere:**. Participanții se vor mișca unul pe lângă celalalt în ritm de plimbare, în direcții aleatoare. Unul sau mai mulți participanți

vor merge împreună cu câinele la pas. Conducătorul jocului va spune comanda de mers „mergi" și toată lumea se va mișca, apoi va rosti „stai" și toată lumea va trebui să se oprească, iar câinele să primească de la cel care îl conduce comanda „șezi". Apoi conducătorul jocului va rosti din nou „mergi" și toata lumea se va mișca. În timpul mersului, câinele trebuie să ajungă la un alt participant. O nouă comandă va fi introdusă apoi: „dans", când toată lumea trebuie să se miște in ritm de dans, iar câinele să execute comanda de rotire sau țopăit în două picioare (dans). Pentru a crește dificultatea exercițiului, se poate folosi și o comandă pentru bătut din palme, moment în care câinele va trebui să ia postura de omuleț (ridicat pe trenul posterior). După ce toată lumea s-a obișnuit cu mișcările, se poate modifica înțelesul comenzilor. Astfel „mergi" va semnifica comanda de oprire, iar „stai" va fi comanda de mers, „dans" va fi comanda de bătut din palme și invers. Acest ultim exercițiu va crea la început un haos amuzant, dar lucrurile se vor regla în scurt timp.

- **Varații:** Se pot folosi unul sau mai mulți câini care se înțeleg între ei, iar participanții îi vor schimba pe aceștia între ei de fiecare dată când vor auzi comanda de mers.

### 5.3.2. Jocuri individuale asistate de animale (câini) cu posibilități de adaptare la terapie de grup

***1) Prinde și numește!***

- **Participanți:** copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** Dezvoltarea limbajului, motricității grosiere, atenție;
- **Materiale:** (se folosesc obiecte special create și adaptate obiectivelor stabilite);
- **Trucuri/comenzi necesare:** „Aport", „Lasă";
- **Descriere:** Beneficiarul va arunca diferite obiecte pe care câinele le va aduce înapoi. Exercițiul poate fi folosit pentru dezvoltarea

limbajului, moment în care beneficiarul va fi rugat sa rostească numele obiectelor aruncate alături de comanda aport, câinele plecând apoi în recuperarea lor.

- **Variații:** Exercițiul se poate folosi și pentru învățarea formelor, a culorilor, texturilor. Se pot diversifica și tipurile de aruncări, astfel încât beneficiarul să își folosească membrele afectate. Pentru creșterea gradului de dificultate a exercițiului, în momentul în care se aruncă jucăria, se poate plasa o linie peste care trebuie aruncată, sau o poartă de handbal, un coș de basket, sau orice alta țintă.

***2) Ghicește!***

- **Participanți:** copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** Dezvoltarea limbajului, motricității fine, dezvoltarea cognitivă, dezvoltarea încrederii;
- **Materiale:** eșarfă, obiecte potrivite scopului terapeutic;
- **Trucuri/comenzi necesare:** „Aport", „Lasă";
- **Descriere:** Beneficiarul va fi legat la ochi și va sta în așteptare cu mâna întinsă. Câinele va fi rugat să aporteze diferite obiecte pe care le va pune în mâna beneficiarului, acesta trebuind să ghicească obiectul care i-a fost adus. Pentru beneficiarii afectați mai sever se recomandă oferirea de ajutor în descrierea obiectelor înmânate și recunoașterea lor ulterioară.
- **Variații**: Se poate folosi exercițiul și pentru recunoașterea formelor, texturilor sau a altor proprietăți, dacă se folosesc obiecte adecvate, sau ca exercițiu de învățare pentru copiii nevăzători.

*Notă: *nu se recomandă copiilor cu fobie/reticență față de câini, având în vedere contactul direct cu botul câinelui.*

***3) Adunatul jucăriilor***

- **Participanți:** copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** motricitate grosieră, autocontrol comportamental, atenție, organizare, cooperare;
- **Materiale:** coș, jucării, cronometru (opțional);

- **Trucuri/comenzi necesare:** „Aport”, „Lasă”, „Adună”;
- **Descriere:** Beneficiarul va aduna jucăriile sale într-un coș sau lădiță, unde acestea sunt ținute de obicei. În același timp, un câine va aduna jucăriile lui și le va pune într-un coș. Se stabilește un concurs între câine și copil (cine va aduna mai multe jucării sau cine își va aduna mai repede jucăriile).
- **Variații**: Exercițiul poate fi efectuat și simultan, câinele și copilul adunând pe rând jucăriile în același coș (lucrând împreună ca și echipă, dar așteptându-și fiecare rândul, alternativ).

***4) Ajutorul meu de nădejde***

- **Participanți:** copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** comunicare, cooperare, atenție, organizare.
- **Materiale:** necesită să fie adaptate în funcție de activitatea aleasă;
- **Trucuri/comenzi necesare:** „Aport”, „Lasă”;
- **Descriere:** Beneficiarul va avea ca sarcină amenajarea unui picnic sau a unei mese de prânz la care câinele va participa ca un ajutor de încredere. Copilul va cere câinelui obiectele de care are nevoie, în ordinea în care le va folosi. Conductorul canin împreună cu câinele vor fi plasați într-un alt capăt al încăperii, iar după ce beneficiarul va cere obiectul necesar, conductorul va da câinelui obiectul respectiv, iar acesta îl va aduce beneficiarului.
- **Variații:** Alte posibile sarcini pot fi: să se îmbrace pentru o anumită activitate, să își pregătească biroul pentru realizarea temelor, să aranjeze obiecte în ordinea alfabetică a denumirilor, să construiască o casă din părți componente etc.

***5) Cățelul obosit***

- **Participanți:** copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** dezvoltarea limbajului, abilitatea de rezolvare de probleme, cooperare, atenție, organizare, autocontrol comportamental;

- **Materiale:** coșulet, pătură, pernă, lampă etc.;
- **Trucuri/comenzi necesare: „**Culcat", „Așteaptă", „Dormi";
- **Descriere:** Exercițiul poate fi realizat individual sau în grup. Conducătorul jocului va povesti de ce câinele este foarte obosit și va sugera că trebuie pregătit pentru culcare. Participanții vor enumera lucrurile de care câinele are nevoie pentru a se putea odihni în liniște. Apoi va urma căutarea lucrurilor necesare și pregătirea lor. Beneficiarii vor duce apoi câinele la locul pregătit, îndemnându-l să se culce. Câinele va fi la sfârșit învelit, lampa stinsă, dupa care se vor păstra 5–10 minute de liniște pentru a nu deranja câinele.
- **Variații:** Același exercițiu poate fi folosit pentru pregătirea mesei, pregătirea câinelui pentru plimbare, pregătirea biroului pentru realizarea temelor etc. Este recomandată folosirea unui program vizual sau a unor secvențieri ale activităților.

### *6) Ce-mi dai, Împărate?*

- **Participanți:** copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** atenție, motricitate, coordonare, respectarea instrucțiunilor, autocontrol comportamental;
- **Materiale:** bol, recompense;
- **Trucuri necesare:** „Șezi", „Culcat";
- **Descriere:** Coordonatorul jocului este Împăratul alături de care este Sfătuitorul, rol jucat de către cățel. Ei vor aștepta pe scaun recompensele aduse de locuitorii castelului (supușii). Fiecare participant va pleaca de la linia de start cu un bol în mână îndreptându-se spre împărat. Pe drum vor fi așezate diferite tipuri de recompense pentru cățel. Fiecare participant va întreaba pe rând Împăratul câți și ce fel de pași dorește să îi dea, iar acesta îi va acorda pași de uriași sau de pitici, de pisică, de arici, de furnică etc. De pe drum, supușii vor aduna recompense pe care le vor duce Împăratului și Sfătuitorului ca semn de recunoștină.

### *7) Cățelul mi-a șoptit*

- **Participanți:** copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** motricitate, imaginație, comunicare, atenție;
- **Materiale:** recompense pentru cățel;
- **Trucuri /comenzi necesare:** „Șezi", „Așteaptă", opțional – „Atinge cu botul";
- **Descriere:** Participanții vor fi așezati într-un cerc, iar cățelul va sta în mijlocul cercului. Fiecare participant va trece pe rând pe la cățel, îi va da o bobiță și o mângâiere și va asculta ce îi șoptește cățelul, după care va inventa un exercițiu pentru ceilalți membri, formulând: „*Cățelul mi-a șoptit…".* (Exemplu: Cățelul mi-a șoptit să stăm într-un picior, cățelul mi-a șoptit să sărim în sus de 5 ori, să aplaudăm etc).
- **Variații:** Se pot folosi diverse teme pe care să se plieze exercițiul, copiii imitând animale (sunete, salturi), păsări, fenomene ale naturii (furtună, ploaie, viscol, tunete, zăpadă), instrumente muzicale, sporturi etc.

### *8) Buzunarul cu codiță*

- **Participanți:** copii, adulți, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** dezvoltarea limbajului, creativitate, atenție;
- **Materiale:** ham cu buzunare pentru câine, cartonașe cu situații/ cu imagini;
- **Trucuri necesare:** „Du-te la…" „Șezi", „Așteaptă", „Salut";
- **Descriere:** Participanții vor sta în cerc și vor aștepta să vină cățelul pe la fiecare. Fiecare participant va saluta cațelul (acesta va da labuța cu participantul), apoi va alege un cartonaș din buzunarul câinelui, după care va prezenta cartonașul și va da o soluție.
- **Variații:** Se pot folosi și cartonașe din jocul Activity, sau cartonașe folosite în terapie pentru copii cu deficiențe de învățare. Este recomandată folosirea cartonașelor cu imagini cu căței.

### *9) Râul*

- **Participanți:** copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** atenție, motricitate grosieră și coordonare, creșterea toleranței la frustrare;
- **Materiale:** cretă colorată;
- **Trucuri/comenzi necesare:** „Șezi", „Așteaptă".
- **Descriere:** Se va povesti o situație imaginară în care cățelul a fost furat de un zmeu și dus pe tărâmul zmeului. Acolo cățelul a fost lăsat să flamânzească, nemaiavând puteri să se salveze. Participanții vor putea să ajute cățelul trecând râul ce desparte ținuturile. Ei îi vor duce acestuia și un bol cu mâncare sau apă pentru a-și recăpăta forțele. Regulile prin care se va putea trece râul este să se pașească doar pe pietre (desenate cu creta), în ordinea dată de către zmeu (conducătorul jocului). Astfel pietrele vor fi reprezentate prin diferite figuri geometrice de diferite culori amplasate aleator pe râu, fiind suficient de multe pentru a putea diversifica jocul (acestea se pot realiza folosind cretă colorată). Astfel vor fi folosite triunghiuri de diferite culori, pătrate de diferite culori, cercuri de diferite culori. Zmeul va alege un traseu care să testeze abilitățile participanților (ex: triunghi–pătrat–cerc sau galben–roșu–galben–roșu etc.). Dacă nu se va respecta traseul, zmeul va arunca salvatorii în apă și va trebui reluată călătoria.

### *10) Superstar*

- **Participanți:** copii, echipe cu câine;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** comunicare, creativitate, cooperare, empatie;
- **Materiale:** perie, piaptăn, mărgele, eșarfe, brățară, cordeluță, pălărie, hăinuță de căței;
- **Trucuri/comenzi necesare:** „Șezi", „Culcat", „Așteaptă";
- **Descriere:** Se va povesti un scenariu în care cățelul este invitat la o emisiune televizată. Scopul participanților va fi să îl ajute să arate ca un superstar. Pentru aceasta cățelul va fi periat, după care

va fi îmbrăcat cu diverse accesorii. Cățelul va trebui obișnuit înainte cu aceste accesorii, iar conductorul va alege doar acele accesorii ce nu vor crea disconfort câinelui, explicându-se copiilor aceste lucruri.

- **Variații:** Înainte de îmbrăcarea și aranjarea câinelui, copiii vor putea participa la crearea unor accesorii (ex: colier din mărgele, zgardă împletită). După ce câinele va fi pregătit, copiii își vor împărți rolurile între ei (prezentator, cameraman, telespectatori) și vor imagina o emisiune.

### *11) Bobițele colorate*

- **Participanți:** copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice**: limbaj, dezvoltare cognitivă (cifre, culori), atenție, organizare;
- **Materiale:** bobițe sau recompense de diferite culori;
- **Trucuri necesare:** „Așteaptă", „Ia încet";
- **Descriere:** Participantul va primi o pungută de recompense și o rețetă pe care va trebui să i-o pregătească cățelului. Rețeta va conține diferite numere pentru diferite tipuri de bobițe (de exemplu: 2 bobițe roșii, 5 bobițe verzi, 8 bobițe galbene, 1 biscuite alb, 2 biscuiți maro etc.). Împreună cu terapeutul (educatorul), participantul va realiza rețeta dată, după care va hrăni cățelul**.**
- **Variații:** Pentru învățarea culorilor se vor putea folosi și boluri sau pahare colorate, participantul umplând fiecare bol cu bobița de aceeași culoare, denumind în același timp culoarea. Pentru a crește gradul de dificultate al exercițiului, se vor putea utiliza cifre mai mari: 22 bobițe roșii, 15 bobițe verzi, etc sau calcule aritmetice: 7 bobițe roșii + 3 bobițe verzi vor da 10 bobițe în total (calculele folosite rămân la latitudinea educatorului).

### *12) Jos–sus*

- **Participanți:** copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** poziții spațiale, limbaj, motricitate grosieră, atenție;

- **Materiale:** scaune, masă, cutie, obstacol de săritură;
- **Trucuri/comenzi necesare: „**Hop", „Sus", „Sub", „În cutie";
- **Descriere:** Copilul împreună cu câinele în lesă va trebui să parcurgă un traseu format din scaune, masă, sărituri, cutie, iar la fiecare obstacol îi va spune câinelui unde să stea: deasupra, dedesubt, în față, în spate, înauntru (folosind comenzi: sus, sub, în, peste etc). Cainele va putea fi direcționat prin semne de către conductorul său.
- **Variații:** Poate fi folosit și un traseu de agilitate format din sărituri, balansoar, tunel, masă, pod, copilul parcurgând obstacolele și fiind întrebat la fiecare obstacol unde se află câinele (exemplu: în tunel, pe balansoar).

### *13) Circuitul numerelor*

- **Participanți:** copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** atenție, memorie, limbaj, auto-control comportamental;
- **Materiale:** cercuri, cretă, printuri cu diferite poziții ale câinelui.
- **Trucuri/comenzi necesare:** „Șezi", „Culcat", „Omuleț", „Pac-Pac", „Rușine" (acoperirea botului cu lăbuța);
- **Descriere:** Se va realiza un traseu din cercuri în interiorul cărora vor fi așezate foi imprimate cu diferite poziții ale câinelui, care includ: șezi, culcat, omuleț sau altele. Cercurile vor fi numerotate și vor trebui să fie parcurse în ordine crescătoare sau descrescătoare. În fiecare cerc, participantul va trebui să realizeze trucul din fotografia lipită în interiorul acestuia. Dacă este prea dificilă realizarea, se va putea folosi doar comanda șezi, care se va repeta în fiecare cerc, dar va fi realizată de fiecare dată în cercul care urmează ca număr.
- **Variații:** Se vor putea folosi și cercuri colorate. Un exemplu de instrucțiuni ar fi ca în fiecare cerc roșu, câinele să execute comanda șezi, iar în fiecare cerc albastru, câinle să execute comanda culcat. Beneficiarul va trebui sa rețină instrucțiunile inițiale și să recunoască culorile. Dacă exercițiul va fi prea dificil, se va folosi doar

o singură comandă pentru cercurile roșii, urmând ca beneficiarul să aleagă cercurile în care trebuie să se oprească (doar cercuri roșii) dintre celelalte cercuri colorate. Cercurile se pot nota și în ordine alfabetică.

***14) X-O***

- **Participanți:** copii, echipe cu câini.
- **Obiective/beneficii terapeutice:** atenție, coordonare ochi-mână, auto-control comportamental (respectarea rândului).
- **Materiale:** cretă, jucării**.**
- **Trucuri/comenzi necesare:** „Ține", „Lasă"
- **Descriere:** Se vor folosi 10 jucării: 5 de o anumită culoare și 5 de altă culoare. Pe podea va fi desenat un pătrat împărțit în 9 pătrățele egale. Atât beneficiarul cât și câinele vor primi jucării de o singură culoare. Beneficiarul va arunca jucăria de la o distanță stabilită la început, iar câinele va fi îndrumat de către conductor să pună și el o jucărie într-unul dintre pătrățele. Primul care va realiza o linie de jucării de aceeași culoare pe orizontală, verticală sau diagonală, va câștiga jocul.

***15) Popice***

- **Participanți:** copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** așteptarea rândului, numărat, atenție;
- **Materiale:** popice de plastic, bobițe;
- **Trucuri necesare:** „Așteaptă", „Caută";
- **Descriere:** Se vor așeza 6 popice la o distanță considerabilă de participanți. Participanții vor arunca pe rând câte o bobiță înspre popice, astfel încât câinele (fugind dupa bobiță) să răstoarne cât mai multe dintre popice. Se va putea realiza un scor, astfel încât fiecare participant să poată să își evalueze aruncările, iar la sfârșit să poată fi identificat câștigătorul.

### *16) Paharul magic*

- **Participanți:** copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** comunicare, recunoașterea culorilor, atenție, coordonare;
- **Materiale:** pahare, bobițe/biscuit pentru căței;
- **Trucuri/comenzi necesare:** „Caută”;
- **Descriere:** Se vor folosi multe pahare colorate. Beneficiarul va decide sub ce culoare dorește să ascundă recompense cățelului și o va introduce sub unul dintre paharele întoarse cu gura în jos. Cățelul va fi trimis în căutarea recompensei. După găsirea recompensei, se va ascunde următorul biscuite sub un alt pahar de o altă culoare.
- **Variații:** Conducătorul jocului va ascunde bobița, iar beneficiarul împreună cu câinele o vor căuta. Înainte de a începe căutarea, beneficiarul va afla culoarea paharului sub care va fi ascunsă recompensa, urmând ca apoi să ghideze câinele înspre paharele din culoarea respectivă.

### *17) Semaforul*

- **Participanți:** copii, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** atenție, coordonare, motricitate, auto-control comportamental;
- **Materiale:** carton de culoare roșie și verde;
- **Trucuri necesare**: „Șezi”;
- **Descriere:** Se va folosi un carton verde, care va semnifica „mergi” și un carton roșu care va semnifica „stop”. Beneficiarul va merge cu câinele la pas în momentul în care va vedea cartonul verde. Beneficiarul se va opri și va pune câinele în comanda „șezi” în momentul în care va vedea cartonul roșu. Daca va greși sau nu va reuși sa așeze câinele la momentul potrivit, acesta se va întoarce înapoi la punctual de pornire. Se va putea realiza jocul și cu 2 echipe om-câine, iar echipa care va ajunge prima în dreptul semaforului va fi cea câștigătoare. Participantul care va câștiga va putea fi

conducătorul jocului în runda următoare (acesta va fi responsabil cu ridicarea cartoanelor verde și roșu).

- **Variații:** Pentru a crește dificultatea exercițiului, conducătorul jocului va putea pronunța/ sau scrie o culoare diferită de cea a cartonului (ex: să scrie roșu pe cartonul verde), iar beneficiarul va trebui să fie atent doar la culoarea cartonului arătat și să îndeplinească instrucțiunile în funcție de aceasta (mergi, stop).

*18) Zaruri*

- **Participanți:** copii și adulți, echipe cu câini;
- **Obiective/beneficii terapeutice:** atenție, memorie, cooperare, comunicare;
- **Materiale:** jucărie de câine în formă de zar (dimensiuni mari);
- **Trucuri/comenzi necesare:** „Șezi", „Culcat", „Omuleț", „Salut" (pot fi folosite și alte trucuri);
- **Descriere:** Se va folosi un zar mare de tip jucărie pentru câine, care să poată fi aportat de către câine. Pe o foaie de hartie se vor scrie 6 exerciții cunoscute câinelui. Se vor repeta exercițiile cu voce tare, totodată atribuindu-se fiecăruia câte unul dintre numerele de pe fețele zarului. Fiecare participant va arunca zarul, acesta urmând a fi aportat de către câine, lăsat pe podea, iar cifra de pe zar va da numărul exercițiului ce va trebui executat. Participantul care a aruncat va trebui să își amintească exercițiul corespunzător numărului de pe fața zarului, iar în cazul în care nu își va aminti, va putea cere ajutor celorlalți. (În funcție de necesitate se poate adăuga un punctaj, astfel uitarea exercițiului ducând la scăderea unui punct, iar ajutorul din public la adăugarea unui punct celui care a știut raspunsul).

Notă: *toate aceste jocuri au fost dezvoltate și testate în cadrul programelor desfășurate de autorii capitolului.*

## Referințe bibliografice

Anderson, K. & Olson, M. (2006). The value of a dog in a classroom of children with severe emotional disorders. *Anthrozoos*, 19:35–49.

Ascione, F.R., & Weber, C.V. (1996). Children's attitudes about the humane treatment of animals and empathy: One year follow–up of a school based intervention. *Anthrozoos*, 4:188–195.

Chandler, K. C. (2005). Animal Assisted Therapy în Counseling. NY: Routledge

Corsaro,William A. (1985). Friendship and Peer Culture in the Early Years. Norwood: Ablex.

Delta Society/ Pet Partners (2004). Animal Assisted Therapy Applications I, Student Guide

Delta Society (2005). Team Training Course Manual, A Delta Society Program for Animal-Assisted Activities and Therapy, www.petpartners.org.

Fine, A, ed. (2000). Handbook of animal-assisted therapy. NY: Academic Press.

Friesen, L. (2010). Exploring animal-assisted programs with children in school and therapeutic contexts. *Early Childhood Education Journal*, 37:261–267.

Horowitz, A.C. (2002). The Behaviors of Theories of Mind, and a Case Study of Dogs at Play. Ph.D. dissertation, Department of Cognitive Science, University of California, San Diego.

Horowitz, A.C., & Bekoff, M. (2007). Naturalizing Anthropomorphism: Behavioral Prompts to Our Humanizing of Animals. *Anthrozoos*, 20:23–35.

Levinson, B.M. (1969). Pet-Oriented Child Psychotehrapy. Sprigfield, IL: Charles C. Thomas.

Levinson, B.M. (1983). În A. Katcher & A. Beck (Eds.), New Perspectives on our Lives with Companion Animals (p. 283). Philadelphia: University of Pennsylvania Press.

Lind, N. (2009). Animal assisted therapy activities. To motivate and inspire. PYOW Publishing Ink.

Rusu, A.S. (2012). Interacțiunea om–animal: Elemente de etologie aplicată și terapie asistată de animale. Editura *Bibliotek*.

Stern, D. (1985). The InterpersonalWorld of the Infant: A View from Psycho-analysis and Developmental Psychology. NewYork: Basic.

# 6. Exemple de activități asistate de câini pentru persoane cu nevoi speciale – activități asistate de câinele Loki

*Ana-Maria Băsceanu*[*]

## 6.1. Introducere – Reflecții personale asupra interacțiunilor pozitive om–animal

Sunt mulți dintre noi care, atunci când își aduc aminte de anii copilăriei, văd trecând prin fața ochilor puișori de găină, căței, pisici, iezi, miei, cai, porci, vaci, oi sau alte animale. Copiii nu își fac probleme nici că porcul este murdar, nici că pisica e plină de purici sau că iezii îi pot lovi cu copitele. Pentru copii, toate animalele din curtea bunicilor sunt tot atâția posibili parteneri de joacă în lungile vacanțe de vară.

Acest atașament pentru viață și sistemele vii poate fi explicat prin prisma ipotezei biofiliei pe care Edward O. Wilson a prezentat-o în cartea sa *„Biophilia"* (1984) și pe care a definit-o ca o necesitate a oamenilor de a interacționa cu alte specii și forme de viață, în favoarea propriei stări de bine și a sănătății mentale. Astfel se poate explica faptul că oamenii manifestă interes și afecțiune pentru animale și plante, îmbogățindu-și spațiul de viață cu plante, flori și animale de companie (pești, papagali, țestoase, șopârle, câini, pisici, iepuri, hamsteri etc).

Jocul cu animale poate cultiva răbdarea, atenția, stimulează imaginația, poate facilita rezolvarea de probleme, în același timp formând respectul pentru tot ce înseamnă lumea vie. Animalele nu sunt păpuși cu care să faci tot ce vrei și care să stea oricând, oriunde, în orice poziție dorește copilul. Întăririle pe care copilul le primește îi influențează com-

[*] Fundația Prison Fellowship, Cluj-Napoca, România / Cabinet individual de psihoterapie Ana-Maria Băsceanu

portamentul, impunându-i anumite limite în interiorul interacțiunii. Un animal lovit, chinuit, care suferă, se va ascunde, iar copilul va rămâne fără partenerul de joacă. În schimb, o relație echilibrată, pozitivă are potențialul de a face copilul fericit și funcțional în contextul interacțiunii cu o altă formă de viață.

Stima de sine este de asemenea un aspect care se îmbunătățește în urma interacțiunilor pozitive dintre copil și animal. Ce mândrie poate fi mai mare decât atunci când un pui de găină lasă baltă cloșca și vine când îl strigi, folosind o anumită comandă? Copil fiind am învățat fără să vreau un pui de găină să vina când îl strigam, folosind ca recompensă hrană (păianjeni).

Prin interacțiunea copilului cu animalul de companie se încurajează dezvoltarea fizică, socială, emoțională și cognitivă. În ceea ce privește dezvoltarea fizică, animalele îi pot motiva pe copii să facă mai multă mișcare, să alerge, să arunge mingea cățelului, să îl plimbe pe acesta, astfel încât se reduce nivelul de sedentarism. Interacțiunea cu animalul de companie poate dezvolta și abilitățile motorii fine, de exemplu, în timp ce copilul îi toarnă animalului apă în bol, îl perie sau îi pune lesa pentru a-l scoate la plimbare. În plan social, copilul va fi mai interesat să interacționeze cu alți copii care se joacă cu un animal, putând să-și facă astfel noi prieteni cu care să se joace. Pe de altă parte, interacțiunea cu un animal de companie este și un teren pentru exersarea abilităților sociale. Pe plan emotional, crește stima de sine și simțul responsabilității – în jurul vârstei de 3 ani, copilul poate ajuta la umplerea bolului cu hrană, apoi, pe măsură ce se dezvoltă, poate ajuta la perierea și spălarea animalului, iar mai târziu îl poate scoate la plimbare fără ajutorul unei persoane adulte. Pe plan cognitiv, copilul poate fi încurajat să citească despre animalul lui de companie, crescând astfel nevoia de cunoaștere, curiozitatea și învățarea, precum și motivația spre lectură. Datorită legăturii speciale care poate exista între copil și animal, acesta din urma poate oferi confort emoțional copilului prin atitudinea necritică și acceptare necondiționată (www.sheknows.com/pets-and-animals).

Studiile din domeniul interacțiunii om–animal arată că persoanele care au un animal de companie au un sistem circulator mai sănătos, stau mai puțin acasă bolnave, fac mai puține vizite la doctor, fac mai multă mișcare și sunt mai puțin predispuse depresiei și izolării. Cercetătorii au utilizat temporar animale cu copii bolnavi sau cu tulburări mintale, ori cu persoane vârstnice care nu au energia și resursele necesare deținerii unui animal de companie. Deși nu toate rezultatele au fost consistente în direcția unei semnificații statistice, multe dintre acestea au identificat efecte pozitive pe care animalele le au asupra oamenilor. De exemplu, s-au identificat nivele reduse ale durerii și ale anxietății la copiii și adulții internați în spital, creșterea nivelului de atenție și al interacțiunii între copiii cu autism si alte tulburări de dezvoltare (www.center4research.org).

Reducerea simptomelor depresiei, anxietății sau stresului se pot explica probabil și prin prisma modificărilor pe care un animal de companie (un câine mai ales) le aduce stilului de viață al deținătorului. Acesta va face mai multă mișcare în timp ce plimbă câinele și va socializa mai mult cu alți deținători de animale pe care îi întalnește de drum. Pentru persoanele vârstnice, un animal are potențialul să le readucă veselia și scopul în viață.

În cazul copiilor, spre deosebire de părinți și profesori, un animal nu îi va critica și nu le va da ordine. Recompensa care vine în urma învățării unei noi comenzi de către câine îi poate învăța pe copii importanța perseverenței. Unii copii cu diagnostic din spectrul autist sau cu dificultăți de învățare interacționează mai ușor cu animalele decât cu alți oameni. Copiii cu autism se bazează adesea în comunicare pe indicii nonverbale, așa cum fac și cățeii. Se poate deci presupune că după ce un copil învață să interacționeze cu un câine (în principal prin comunicare non-verbală), acesta va putea învăța mai ușor cum să o facă cu celelalte persoane din jur. Jocul cu un câine îl poate ține pe un copil cu dificultăți de invățare mai alert pe durata zilei, putând funcționa chiar ca un antidot împotriva stresului și frustrării rezultate în urma dificultăților în realizarea unor sarcini.

Un câine nu poate fi considerat un tratament miraculos pentru tulburările mentale. Deținerea unui animal de companie este benefică numai pentru cei care iubesc și apreciază animalele și care au resursele financiare și timpul necesar pentru a se ocupa de unul. Dacă o persoana nu are atitudini favorabile față de câini, interacțiunea cu aceștia nu are șanse reduse de a aduce beneficii la nivelul calității (www.helpguide.org). Pentru persoanele care nu au posibilitatea să dețină propriul animal de companie, au fost gândite programe de terapii și activități asistate (TAA) de animale, cele mai răspândite forme fiind programele de vizitare. De obicei, aceste vizite se fac de către voluntari, care utilizează propriile animale de companie. Animalele selectate (câinii) pentru a face parte din echipele TAA trebuie să fie alerte, vesele și sănătoase, jucăușe, dar fără a fi agresive față de oameni și alte animale, să aibă un nivel crescut de predictibilitate comportamentală, să accepte stimuli noi și să meargă în lesă ( www.latham.org).

Au fost identificate și câteva probleme care au apărut sau pot să apară în timpul acestor vizite de tip TAA și care interferează cu bunăstarea animalelor. În primul rând, în timpul ședințelor TAA, animalele au acces redus la o sursă de apă. În al doilea rând, temperatura din centrele vizitate este uneori prea ridicată și poate cauza probleme. Combinația dintre căldură și deshidratare poate conduce la epuizarea rapidă a animalului. Au existat discuții legate și de durata optimă a unei vizite TAA. Într-o adunare organizatorică a Delta Society (www.petpartners.org), unii specialiști au sugerat ca o vizită TAA să nu fie mai lungă de 30 de minute. În ceea ce privește frecvența vizitelor, s-a ajuns la concluzia că niciun animal nu trebuie să facă mai mult de 3 vizite pe săptămână. Este important de ținut cont de faptul că, asemenea oamenilor, abilitățile de a face față stresului variază de la individ la individ și de la o vizită la alta (Iannuzzi & Rowan, 1991). Fiecare persoană care face echipă cu un animal de terapie trebuie să aibă în bagajul de cunoștințe și informații despre manifestările stresului la animale în general, iar la animalul său în special.

Așa cum prezintă biologul Charles Darwin în cartea sa, „*Expresia emoțiilor la om și animale*" (versiunea în limba română, 1967*)*, există anumite mijloace de exprimare comune majorității animalelor, cum ar fi:

1. *Emiterea de sunete.* Când sunt furioase, unele animale încearcă să inspire teamă dușmanilor lor prin forța și asprimea vocii, așa cum face leul prin răget și câinele prin mârâit.
2. *Zbârlirea apendicilor dermici (păr, pene și alți apendici dermici).* Acești apendici se ridică la provocarea furiei sau a fricii, mai ales dacă aceste emoții se succed rapid. Această acțiune a fost explicată în contextul apărării față de prădători sau agresori, lăsând impresia că animalul este mai mare și mai înfricoșător. La animalele carnivore, zbârlirea părului este adesea însoțită de mișcări amenințătoare cum ar fi descoperirea dinților și emiterea de mârâituri sălbatice. Zbârlirea părului de-a lungul gâtului și spatelui la câine și pe tot copul la pisică, dar mai ales pe coadă, ne este familiară tuturor. Se pare că la pisică această piloerecție (ridicare a firelor de blană) se întâmplă sub influența fricii, pe când la câine, piloerecția poate avea loc sub imperiul furiei și al fricii. Păsările își zbârlesc penele atunci când sunt furioase, iar când sunt speriate, își strâng toate penele aproape de corp ca să pară mai mici.
3. *Umflarea corpului.* Anumite specii de amfibieni și reptile, deși nu au țepi pentru a-i ridica, își măresc volumul corpului când sunt alarmate sau furioase, inhalând aer.
4. *Tragerea în spate a urechilor și lipirea lor de cap.* Prin aceste secvențe comportamentale se manifestă o dispoziție agresivă, însă numai în cazul animalelor care luptă cu dinții, poziția fiind explicată prin grija de a împiedica adversarul să le apuce de urechi (de exemplu, câinii, pisicile, caii, cămilele). Capul ridicat, cu urechile ciulite și ochii îndreptați înainte dă oricărui animal o expresie de atenție încordată.

Când ne referim la animale de terapie știm că au fost evaluate în aces scop și că este foarte improbabil să ne așteptăm și la agresivitate îndreptată spre oameni. În schimb, se poate întâmpla ca în anumite contexte, să existe mai multe animale într-un spațiu limitat și să apară mici conflicte legate de spațiu sau alte resurse, mai ales dacă acestea nu sunt sterilizate sau au o tendință spre dominare, ori exprimă frică față de anumiți indivizi din specie. Astfel, o poziție a corpului câinelui caracterizată prin urechi ciulite, privire fixă, zbârlirea părului de gât și spate, mers țeapăn, coada rigidă și îndreptată în sus denotă o atitudine ostilă față de celălalt animal. La pisică, furia este de obicei manifestată comportamental printr-o poziție lipită de pământ, corpul întins, lovind cu coada sau cu vârful ei podeaua, ori mișcând-o dintr-o parte în alta.

Atacul propriu-zis al câinelui este precedat de mârâit, urechi strâns lipite de cap și lăsate pe spate, în timp ce buza superioară dezgolește dinții. La pisică, atacul este de obicei precedat de urechi trase în spate, gură parțial deschisă, arătând colții, gheare scoase și un mârâit fioros (Darwin, 1967).

O altă emoție pe care trebuie să o avem în vedere în cadrul activităților asistate de animale este frica. Știm că este vorba despre frică atunci când un câine are coada strânsă între picioare, urechile trase pe spate, dar nu lipite de cap, postura este joasă, iar pupilele sunt dilatate, sau atunci când o pisică își arcuiește spatele, își zbârlește părul și deschide gura hâsâind. Sunt însă și specii care sunt utilizate în terapie (reptile, pești) la care stresul este mai greu de identificat la nivel comportamental. Însă reacțiile general valabile ca răspuns la stresori sunt de încercare de evadare din contextul stresant și creșterea agresivității.

La câinii de terapie ne putem da seama de disconfortul lor într-o anumită situație uitându-ne la așa-numitele *semnale de calmare*, care sunt folosite în general de câini pentru a evita conflictele în interiorul grupului, atunci când vorbim de animalele sociale. Aceste semnale sunt: căscatul, linsul nasului, întoarcerea capului, adulmecatul pământului, deplasatul în curbă sau scuturatul. Se recomandă pauze regulate între

ședințele de terapie, în care animalelor li se oferă ocazia să se relaxeze și să aibă contecte pozitive cu oamenii. Dacă apar semne de disconfort pe parcursul ședinței de terapie, este obligatoriu ca animalul să fie scos din acel mediu și lăsat să își revină.

Pe parcursul vizitelor pe care le-am făcut la diverse instituții împreună cu cățelul meu, Loki, ori de câte ori am putut, am ținut o mână pe acesta, asigurându-l prin intermediul acestui contact fizic că sunt lângă el, astfel reducându-se stresul din timpul activităților.

## 6.2. Prezentarea programului de vizitare cu câinele Loki în cadrul unei școli speciale

Unul din programele de vizitare la care am participat și pe care îl voi prezenta pe larg în cele ce urmează a fost **Proiectul MAYA**, implementat la Școala Gimnazială Specială Transilvania, din comuna Baciu, județul Cluj. Proiectul MAYA (Mereu Amabil Yubitor Ascultător) a început în anul școlar 2012–2013, fiind coordonat de profesor Oana Raluca Costinaș și profesor Raluca Dragotă de la Scoala Specială, împreună cu Maya, o cățelusă Golden Retriever. Beneficiarii proiectului au fost inițial în număr de zece elevi ai școlii, care prezentau diferite deficiențe neuro-psiho-motorii, printre care și ADHD, Sindromul Pierre Robin, Distrofia musculară progresivă Duchenne sau Sindromul Down. Scopurile proiectului MAYA au fost îmbunătățirea abilităților de comunicare și reducerea comportamentelor dezadaptative la acești copii. Printre obiectivele proiectului s-au numărat: interacțiunea dintre copii și câinele terapeut într-o atmosferă relaxantă și securizantă (asistată de câinele Maya), îmbunătățirea abilităților de comunicare, creșterea gradului de implicare în diferite activități, formarea spiritului de echipă și creșterea stimei de sine.

Activitățile asistate de câinele Maya se desfășurau o dată la două săptămâni, alternând cu activități asistate de un iepuraș. Temele propuse de către coordonatorii proiectului au fost centrate pe nevoile elevilor, după cum urmează: „Învățăm să o îngrijim pe Maya”, „Dresor pentru

o zi", „Schemă corporală și igienă", „Învățăm să ne comportăm în societate", „Învățăm să scriem povești", „Învățăm despre forme, culori și mărimi", „Îi citim Mayei" și alte teme care au fost reluate și asistate de câinele Loki (mascul, cocker spaniel), începând cu primăvara anului 2014.

Loki este un mascul negru de Cocker Spaniel care, la vremea respectivă, avea 10 ani și care mai fusese implicat și în alte activități asistate de animale. Este un câine care dă dovadă de un comportament predictibil, are o postură și o expresie facială relaxate, inspirând încredere persoanei cu care interacționează. Îi place să fie mângâiat și solicită în mod activ interacțiunea cu oamenii prin intermediul unei mingiuțe, pe care o pasează cu botul în direcția unui potențial partener de joacă. Toate aceste calități l-au recomandat pentru lucrul cu copiii, astfel încât în 2014, împreună cu câinele Loki am participat la continuarea proiectului MAYA. Activitățile asistate de Loki au fost discutate înainte cu coordonatorul, fiind pliate pe temele lecțiilor, având libertatea de a decide modalitatea de implicare în planul lecțiilor a activităților cu Loki. Activitățile s-au desfășurat o dată la două săptămâni, fiecare întâlnire durând aproximativ 30 de minute. Copiii incluși proiect au fost în număr de 5. Prezența lui Loki în activități a fost întotdeauna însoțită de un kit de lucru (trusă), care conținea următoarele obiecte:

- perie pentru Loki, cu peri deși și moi care nu puteau să ajungă la piele
- cârpă de șters pentru Loki (la gură, pe lăbuțe dacă afară era ud)
- bol pentru apă și sticlă cu apă
- kit de igienizare pentru eliminări biologice (pungi, șervețele umede)
- carnetul de sănătate, cu toate vaccinurile și deparazitările la zi
- mingea preferată
- recompense sub forma de hrană pentru Loki
- mai multe lese
- șervețele umede sau gel antibacterian pentru copii

Întâlnirile cu copiii au avut loc în sala de kinetoterapie a școlii, iar de fiecare dată copiilor le era dat un halat de hârtie de unică folosință, pentru a evita depunerea părului pe hainele acestora.

Pentru prima vizită a fost programată tema *„Culori, forme, mărimi”*. Am încercat să găsesc modalități prin care să îl implic pe Loki în activități ușor de realizat și cu costuri minime (noi am partipat la acest proiect în regim de voluntariat). Astfel că am venit cu ideea unei pungi cu biscuiți sărați, care se găsesc sub mai multe forme geometrice (pătrat, dreptunghi, triunghi, cerc) și pe care Loki le putea mânca fără probleme. După mai multe exerciții pe care copiii le-au făcut cu profesorul psihopedagog în care au recunoscut forme, culori și mărimile acestora, au colorat și completat fișe, a venit rândul cățelului să participe ca recompensă pentru implicarea elevilor în sarcinile de învățare. Fiecare copil a fost invitat să aleagă o anumită formă geometrică din punga cu biscuiți cu care îl puteau hrăni pe Loki, activitate care le-a facut mare placere, exrpimată prin zâmbete și râsete. Fiecare copil a putut alege de două ori biscuiții cu diferite forme geometrice. O altă activitate legată de recapitularea cunoștințelor despre culori a implicat utilizarea unor fundițe și clești de rufe colorați. Copiii erau rugați să aleagă câte o fundă și câte un clește de o anumită culoare, pe care le puteau prinde de hamul lui Loki, făcându-l pe acesta „frumos”. La sfârșitul orei țineam de lesă nu un câine, ci o sorcovă colorată, numai bună de mers cu ea la colindat.

Pentru a doua vizită a fost programată tema *„Schemă corporală și igienă”*. S-a implementat ideea de a insera printre întrebările legate de schema corporală și igiena câinelui o ședință de periat, aceasta urmând să fie recompensa copiilor pentru implicarea în sarcini. Profesorul psihopedagog a pregătit fișe cu schema corporală a omului pe care copiii au avut de colorat diferite componente, completat, decupat și lipit diverse părți ale corpului, astfel încât la sfârșit fiecare a avut o siluetă umană corect asamblată. După aceste activități au urmat discuții despre igiena corporală, făcând trimiteri la câinele Loki. Exemple de întrebări utilizate au fost: „Ce credeți, Loki face baie?”, „Cu ce credeți că îl spălăm pe Loki?”, „Dar în urechi cu ce îl ștergem?”, „Ii tai unghiile?”, „Voi câți

ochi aveți? Dar Loki?" ș.a.m.d. La final, drept recompensă pentru implicarea în sarcini, fiecare copil l-a periat pe cățel și l-a făcut „frumos", o altă activitate care le-a făcut plăcere tuturor.

Pentru a treia vizită a fost programată tema *„Îi citim lui Loki o poveste".* Pentru această temă s-au folosit două cărticele cartonate, cu povești, pe care le-am agățat cu sfoară de ham, de o parte și de alta a cățelului. Loki a fost astfel complet echipat pentru a-i fi citite poveștile de către copii. Profesorul psihopedagog le-a pregătit copiilor câte o planșă cu o secvență dintr-o poveste pe care aceștia deja o știau, pe baza căreia au avut sarcina să recunoască povestea și să o continue. Fiecare copil i-a „citit" lui Loki povestea lui, iar la sfârșit, profitând de postura relaxată a cățelului, care chiar adormise, copiii au fost lăudați pentru cât de bine au povestit, reușind să îi inducă lui Loki o stare de relaxare. La final, elevii au putut să citească din cărțile aduse special pentru ei de Loki, și-au făcut poze cu Loki și s-au jucat liber cu acesta cu mingiuța preferată.

A patra vizită în cadrul proiectului MAYA a avut ca temă *„Concurs de mingi și popice"* și s-a desfășurat în curtea școlii, într-o zi însorită de primăvară. Toți copiii au avut mai multe probe în cadrul concursului, printre care să arunce mingea la coș, să dărâme popicele colorate cu mingea, ocazie cu care au repetat și cunoștințele legate de culori și mărimi. Ca recompense pentru recunoașterea culorilor și formelor, copiii au putut să se joace liber cu Loki, să îi arunce mingea în curtea școlii, iar el să le-o aducă înapoi. Copiii au fost incurajați să ii ofere mingea și colegului lor aflat în fotoliu rulant, care s-a străduit să arunce mingea, iar Loki a aportat-o bucuros. Un cățel nu va discrima copiii și nu va ocoli copiii cu dizabilități, fiind bucuros să interacționeze cu oricare dintre aceștia.

Animalele oferă copiilor posibilitatea să se joace și sa învețe lucruri noi (învățare socială), fiind mai implicați în sarcini, mai interesați și simțindu-se bine în pielea lor. În aceeași direcție, se poate constata că în manualele pentru copii se folosesc multe imagini cu animale. Animalul de companie sau de terapie poate facilita crearea unui mediu

pozitiv de învățare (lecții despre responsabilitate, compasiune, empatie, prietenie și răbdare).

La finalul vizitelor celor doi câini – Maya și Loki –, precum și a iepurașului, profesorul psihopedagog a observat mai multe îmbunătățiri în comportamentul și dezoltarea copiilor implicați în programul asistat de animale: vocabularul acestora s-a îmbogățit cu cuvinte noi, abilitățile de comunicare s-au dezvoltat, stima de sine a crescut, dar cel mai important a fost faptul că s-a redus frecvența comportamentelor dezadaptative (împins, înjurat, lovit, scuipat etc.), crescând de asemenea și implicarea în sarcinile de la clasă. Dacă înainte de începerea vizitelor cu animale, erau copii care refuzau să îndeplinească sarcinile date de către profesor sau își concentrau cu greu atenția în timpul orei, după mai multe vizite cu animale, unii copii au ajuns chiar să ceară sarcini în plus și să fie mult mai dornici să le realizeze.

Pe tot parcursul vizitelor asistate de animale, am fost tot timpul aproape de cățel pentru a putea preîntâmpina posibilele lovituri sau atingeri nedorite din partea copiilor. Programele de terapie sau de activități asistate de animale încep de obicei cu învățarea modului în care copiii să se apropie și să interacționeze cu animalele, astfel încât mediul să fie unul securizant atât pentru beneficiar, cât și pentru animal. Pentru unii dintre copii acest pas de introducere în modul adecvat de interacțiune cu animalul este cunoscut din familie, însă pentru alții, aceste informații pot fi complet noi. Unii copii cu probleme comportamentale sau diferite forme de dizabilități pot încerca să rănească animalul venit în vizită prin manipularea acestuia într-un mod dur sau agresiv, nu întotdeauna intenționat. În aceste situații, adultul trebuie să acționeze prompt. Acestea sunt câteva dintre strategiile de reacții în astfel de situații (după Loar et al., 2014):

- Despărțiți imediat copilul de animal, poziționându-vă între aceștia dacă este cazul;
- Spuneți: „Nimeni nu va fi rănit aici. Toata lumea este în siguranță”. Cu această frază nu învinovățiți pe nimeni și asigurați copiii că nu vor fi represalii fizice pentru comportamentul lor.

- Oferiți copilului care a manifestat comportament agresiv o pauză în care să se liniștească și să-și recapete auto-controlul. Întrebați copilul ce anume i-a provocat agresivitatea. Întrebați-l ce altceva ar fi putut face pentru a-i capta atenția, în afară de a lovi animalul.
- Cereți-i copilului să descrie cum a reacționat animalul. Cum s-a comportat? Cum crede copilul că s-a simțit animalul când a fost lovit? Vedeți dacă poate să vorbească despre cum se simte când lovește o altă ființă și de ce este mai bine să se poarte cu blândețe.
- Includeți ceilalți copii în discuția despre valorile umane și încurajați-i să aducă alternative comportamentale pentru agresivitate.
- Concluzionați printr-un contact supervizat între animal și copil și încheiați prin lăudarea acestuia pentru ca a fost blând de data aceasta. Dacă timpul o permite, cereți copiilor să deseneze sau să scrie o povestire despre alternativele protective discutate (Loar et al., 2014, p.19)

În afară de vizitele la școli și grădinițe, ori a evenimentelor publice care promovează interacțiunea pozitivă între oameni și animale (cum ar fi Zilele Interacțiunii Om–Animal – evenimente de conștientizare a interacțiunilor optime cu animalele), un animal certificat pentru terapii și activități asistate de animale poate fi introdus și în ședințele de consiliere sau terapie de la cabinet, unde facilitează formarea relației clientului cu terapeutul și poate crește încrederea pe care beneficiarul o are în terapeut, reducând în același timp anxietatea și disconfortul care poate fi creat de participarea la o ședință la psiholog.

Indiferent că sunt animale de terapie, animale de companie, sau animale în curtea bunicilor, am văzut pe parcursul acestui capitol că acestea pot juca un rol important în viața noastră: ne înveselesc, ne responsabilizează, ne îmbogățesc afectiv, social și cognitiv, ne învață să fim empatici și ne învață să ne iubim unii pe alții. Altfel spus, animalele ne înfrumusețează viața așa cum numai natura știe să o facă!

## Referințe bibliografice

Arkow, P., *How to start a pet-therapy program. A guidebook for health care professionals,* https://latham.org/Issues/Pet_Therapy.pdf

Casciotti, D., & Zuckerman, D. (2006). *The benefits of pets on human heath*, http://center4research.org/healthy-living-prevention/pets-and-health-the-impact-of-companion-animals/

Darwin, C. (1967). *Expresia emoțiilor la om și animale * Despre instinct,* Editura Academiei Republicii Socialiste Romania, p.51–82.

Iannuzzi, D., Rowan, A.N., ANUL Ethical issues in animal-assisted therapy programs. *Anthrozoos*, 3:154–163.

Loar, L. & Libby, C. (2014), *Teaching empathy: animal-assisted therapy programs for children and families exposed to violence,* A Lathman Foundation Publication, p. 19.

*How pets benefit child development*, 28.09.2007, http://www.sheknows.com/pets-and-animals/articles/2212/kids-and-pets

*The health benefits of Dogs (and Cats)*, http://www.helpguide.org/articles/emotional-health/the-health-benefits-of-pets.htm

Wilson, E.O. (1984). *Biophilia.* Cambridge, MA: Harvard University Press.

# 7. Ilustrații ale unor exerciții asistate de animale



**Ilustrația 1.** ***Exersarea comenzilor pentru activități asistate de animale în cadrul Școlii de Dresaj Canin Pet Joy Sports***



**Ilustrația 2.**
***Exemplu de tunel realizat din cercuri de tip hula hoop (activități asistate de animale pentru copii în cadrul Zilei Interacțiunii Om–Animal UBB-USAMV CN)***
Foto: Școala de Dresaj Canin Pet Joy Sports



**Ilustrația 3.** ***Tunel format din picioare – exerciții asistate de animale în cadrul porgramului Be Active Together (Universitatea Babeș-Bolyai, coordonator: Alina S. Rusu), în colaborare cu Școala de Dresaj Canin Pet Joy Sports***



**Ilustrația 4.** ***Pisica Tomi și psiholog Ana-Maria Băsceanu în cadrul unei activități de predare – prezența animalelor în clasă***
(foto: Simona Tudor)



**Ilustrația 5.** ***Câinele de terapie Loki cu jucăria favorită, căutând partener pentru joacă*** (Foto: Marius Bența)



**Ilustrația 4.** ***Tip de obstacol din poziție șezând, cu câinele de terapie Bailey pregătindu-se pentru trecerea pentru exercițiul de agilitate (exerciții în cadrul programului Be Active Together al Universității Babeș-Bolyai, în colaborare cu Școala de Dresaj Canin Pet Joy Sports, Cluj-Napoca)***



**Ilustrația 5.** ***Câine de terapie acceptând mângâierile simultane din partea mai multor copii în cadrul activităților de tip Școala Altfel***
(Foto: Școala de Dresaj Canin Pet Joy Sports)



**Figura 6.** ***Tunel format din brațele participanților (studenți cu și fără dizabilități), cu câinele Bailey executând un exercițiu de agilitate în cadrul Programului asistat de animale Be Active Together***
(Foto: Școala de Dresaj Canin Pet Joy Sports Cluj-Napoca)




ISBN: 978-606-37-0284-6